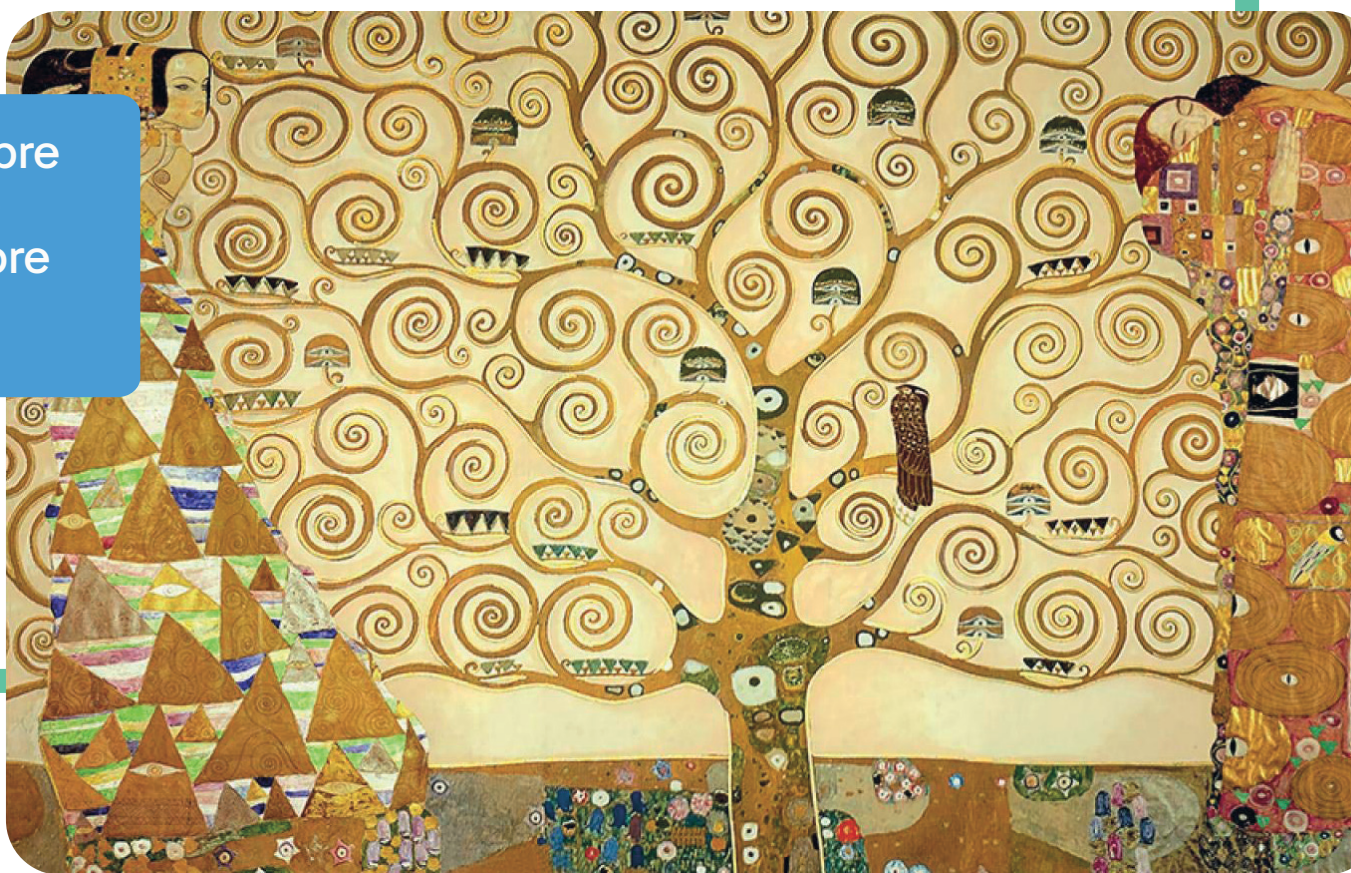


MAISON DES SENIORS ET DE LA CULTURE BLUMA FISZER

Programme d'activités

Septembre
Octobre
Novembre
2026



Gustav Klimt - L'Arbre de Vie - 1909

Avec le soutien de

Édito

Chers lecteurs, chères lectrices,

Vous venez de recevoir ce nouveau programme alors que nous sommes actuellement fermés. Cette parenthèse estivale permet à toute l'équipe de se ressourcer afin de vous accueillir dans les meilleures conditions pour cette nouvelle année à la Maison des Seniors et de la Culture Bluma Fiszer, que nous espérons riche en rencontres et en moments de partage.

Comme chaque rentrée, une nouvelle dynamique s'installe à la MSC, avec le plaisir de retrouver les adhérents de longue date et d'accueillir celles et ceux qui nous rejoignent pour la première fois.

Vous l'aurez sans doute remarqué, votre programme fait peau neuve avec un format inédit. Nous avons souhaité le rendre plus lisible et plus facile à consulter. Vous y retrouverez une présentation de la MSC, de son fonctionnement, des différentes catégories d'activités et de leurs pictogrammes, ainsi que l'ensemble des rendez-vous proposés pour ce trimestre, présentés sous la forme d'un agenda hebdomadaire.

Cette rentrée est aussi marquée par la création de notre « communauté WhatsApp ». Ce nouvel espace **MSC-CASIP** nous permettra de regrouper les différents groupes WhatsApp (groupe général, Teams, stages...), afin de simplifier nos échanges et de mieux vous informer tout au long de l'année.

Nous aurons le plaisir de vous retrouver à partir du **mardi 1^{er} septembre dès 10h** pour le lancement de la semaine des inscriptions. Les activités reprendront quant à elles le **lundi 7 septembre**.

Si la MSC continue d'évoluer et de se renouveler, elle reste avant tout un espace de rencontres, de découvertes et de partage, où chacun peut participer à son rythme et trouver sa place.

Toute l'équipe se joint à moi pour vous souhaiter une belle rentrée.

Nous avons hâte de vous retrouver pour partager avec vous de beaux moments de convivialité, profiter pleinement des nombreux rendez-vous de ce trimestre et continuer à faire vivre, ensemble, ce lieu qui nous rassemble.

À très bientôt à la MSC.



Sabine Bensimon

Responsable de la Maison des Seniors et de la Culture Bluma Fiszer



“ **Tu ne vaux que ce que valent tes rencontres.
Le seul luxe est celui des relations humaines.** ”

Antoine de Saint-Exupéry

La MSC

La Maison des Seniors et de la Culture Bluma Fiszer, portée par la Fondation Casip-Cojasor, est un espace de rencontres, d'échanges et de convivialité destiné aux seniors.

Chaque jour, elle accueille des personnes aux parcours, aux centres d'intérêt et aux envies variés, avec une même ambition : permettre à chacun de rester acteur de sa vie, de tisser des liens et de continuer à s'enrichir au contact des autres.

Si les activités présentées dans ce programme rythment la vie de ce service, elles n'en constituent pas l'unique porte d'entrée. La MSC est également un endroit où l'on peut venir librement discuter, lire, prendre un café, rencontrer d'autres personnes ou simplement profiter d'un environnement chaleureux et convivial.

Parce que le lien social se construit autant dans les activités que dans les moments du quotidien, la MSC se veut avant tout un lieu vivant, accueillant et ouvert à tous et à toutes.



Son équipe

Derrière les activités, les projets, les séjours et les nombreux moments de partage se trouve une équipe de professionnels engagés, qui œuvre chaque jour pour vous accueillir dans les meilleures conditions.

Notre mission est de vous accompagner, de vous écouter et de faire en sorte que chacun se sente attendu, reconnu et libre de participer à son rythme.



Que vous soyez adhérent de longue date, nouveau venu ou simplement de passage pour un café et un moment d'échange, nous avons à cœur de vous réserver le même accueil et la même attention.

À nos côtés, de nombreux bénévoles, intervenants, volontaires en service civique et stagiaires participent également à la vie de la Maison et contribuent à son dynamisme.

Mouhamed, Sabine, Anaïs, Laura et Sacha

Grâce à la générosité de ses donateurs, la Maison des Seniors et de la Culture Bluma Fiszer peut continuer à proposer tout au long de l'année des activités, des rencontres et des moments de partage.

Vous aussi, vous pouvez contribuer à faire vivre ce lieu unique en faisant un don sur www.casip.fr

Son fonctionnement

1 ADHÉSION ET PARTICIPATION

Pour participer aux activités de ce programme, il est nécessaire d'être adhérent.

- Adhésion individuelle : **25€**
- Adhésion couple : **40€**

Tarifs septembre 2026 - août 2027

2 INSCRIPTIONS

Au début de chaque trimestre, une semaine est dédiée aux inscriptions.

Les activités à places limitées sont attribuées par ordre d'inscription : **les premiers arrivés sont les premiers inscrits.**

3 PLACES RESERVÉES

Les places sont **nominatives**. En cas d'empêchement, merci de prévenir l'équipe dès que possible. Les places libérées sont proposées aux adhérents inscrits sur **la liste d'attente**.

4 ANNULATIONS ET REMBOURSEMENTS

Toute annulation doit être signalée au moins **48h avant l'activité**. En cas d'absence le jour même, aucun remboursement ne pourra être effectué, sauf sur présentation d'un certificat médical.

5 STAGES

Ils se composent généralement de 10 séances programmées à l'avance pour l'ensemble du trimestre.

Les participants aux stages physiques (Danse Israélienne, Métis'Danse, Gym Douce) doivent fournir un **certificat médical d'aptitude sportive pour s'inscrire**.

6 RESTER INFORMÉS

Pour rester informés de la vie de la MSC, rejoignez notre « communauté WhatsApp » **MSC-CASIP**.

Vous y retrouverez le groupe général de la MSC, les groupes dédiés aux stages, ainsi que les informations relatives aux activités proposées sur Teams. Cet espace nous permet de partager rapidement les informations importantes, les actualités, les rappels et les éventuelles modifications de programmation.

7 VOTRE AVIS COMPTE

À la MSC, les adhérents sont pleinement acteurs de la vie du service. Des Conseils de la Vie Sociale (CVS), des questionnaires de satisfaction et des temps d'échange sont régulièrement organisés afin de recueillir vos avis, vos idées et vos suggestions.

Ces contributions nous permettent de faire évoluer nos activités et notre programmation afin de répondre au mieux à vos besoins et à vos envies.

Besoin d'aide ?

L'équipe est à votre écoute

N'hésitez pas à nous contacter
au **09.72.38.25.94**.

Ses activités

Parce que chacun a ses envies et son rythme, la MSC propose une grande diversité d'activités tout au long de l'année.

Pour faciliter la lecture du programme, elles sont regroupées par grandes thématiques, chacune identifiée par un pictogramme. Vous en trouverez ici quelques exemples. Certaines activités sont également proposées à distance sur Teams : elles sont signalées par le pictogramme .

STAGES



- Sportifs : Danse israélienne, Gym douce, Métis'Danse ;
- Linguistiques : Oulpan ;
- Artistiques : Dessin, Théâtre.

JEUX ET MÉMOIRE



- Jeux de société, Scrabble ;
- Jeux de cartes ;
- Booster sa mémoire...

BIEN-ÊTRE



- Pilates ;
- Socio-esthétique ;
- Cafés Santé...

FÊTES ET ÉVÉNEMENTS



- Fêtes juives ;
- Temps forts de la MSC ;
- Événements exceptionnels.

MUSIQUE ET SPECTACLES



- Chants en espagnol, Karaokés ;
- Concerts, Pièces de théâtre ;
- MS'Ciné...

ÉCHANGES ET RÉFLEXION



- Conférences, Cafés littéraires ;
- Groupes de parole / Ateliers réflexion ;
- Conseils de la Vie Sociale...

CULTURE ET DÉCOUVERTES



- Visites et promenades guidées ;
- Grandes journées ;
- Cinémas, Pique-niques...

ACTIVITÉS CRÉATIVES



- Cosmétiques maison ;
- Calligraphie hébraïque ;
- Peinture sur supports...

CUISINE ET CONVIVIALITÉ



- Ateliers cuisine ;
- Ateliers repas ;
- Goûters et repas partagés...

INTERGÉNÉRATIONNEL



- Projet « Cuisinons ensemble » ;
- Programme « De Bouche à Oreille » ;
- Rencontres...

SÉJOURS



Nous organisons parfois des séjours pour les fêtes et/ou pour l'été.

Participation

Certaines activités sont gratuites, d'autres nécessitent une participation financière. Les tarifs sont indiqués dans les agendas hebdomadaires.

Agenda hebdomadaire

Seules les activités figurant dans l'agenda sont assurées.

En cas de doute, n'hésitez pas à nous contacter !

AGENDA

Votre semaine à la MSC

BONNE RENTRÉE ET BONNES FÊTES

Alors que nous reprenons ensemble le chemin des activités, nous entrons également dans la période des fêtes de Tichri. De Roch Hachana à Souccot, ce temps de renouveau, de réflexion et de partage nous invite à commencer cette nouvelle année avec optimisme et sérénité.

Lundi 7 septembre

11h15 - 12h45

 **STAGE** Séance 1

Danse Israélienne Niveau 2

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

12h00 - 13h00

 **PILATES**

Exercices sur chaise

Avec
Alexandra Mekhalfia

Gratuit

14h30 - 16h30

 **KARAOKÉ**

C'est la rentrée !

Avec
L'équipe de la MSC

Gratuit

Retrouvons-nous en chansons pour démarrer l'année dans la bonne humeur !

Mardi 8 septembre

11h00 - 12h30

 **ATELIER RÉFLEXION**

Philosophie / Pensée juive

Avec
Sacha Mandelcwaig

Gratuit

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 1

Danse Israélienne Niveau 1

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

14h30 - 16h30

 **CONFÉRENCE**

De Roch Hachana à Kippour

Avec
Israël Nissenbaum

2€

Faut-il choisir entre la justice et le pardon ?
Une conférence pour réfléchir aux notions de responsabilité, de pardon et de réparation, à la lumière de la tradition juive et de nos questionnements contemporains.

13h30 - 16h30

7 pers.

 **ATELIER CUISINE**

Gâteaux pour Roch Hachana

Avec
L'équipe de la MSC

9€

Confection de boules au miel à l'occasion des fêtes : pensez à apporter vos boîtes !

Mercredi 9 septembre

11h00 - 12h30

 **ATELIER RÉFLEXION**

Judaïsme et paracha

Avec
Katy Coen

Gratuit

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 1

Théâtre

Avec
Sergio Canto Sabido

65€/trim

14h30 - 17h00

 **CARTES**

Rami et bridge

Gratuit

14h30 - 16h30

30 pers.

 **GRANDE DICTÉE**
À vos styles !

Avec
L'équipe de la MSC

Gratuit

À l'occasion de la rentrée, partageons un moment de réflexion et de bonne humeur autour d'une grande dictée ouverte à tous et à toutes.

Jeudi 10 septembre

10h45 - 11h45

 **STAGE** Séance 1

Métis'Danse

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 1

Oulpan Niveau 2

Avec
L'équipe d'Oulpan Pensia

90€/trim

12h00 - 13h00

 **STAGE** Séance 1

Gym douce

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

14h30 - 16h30

 **RÉUNION**
D'INFORMATION

Comprenez les nouveautés de la MSC

Avec
L'équipe de la MSC

Gratuit

Vous souhaitez mieux comprendre le fonctionnement de la MSC et les nouveautés de cette année? Venez échanger avec l'équipe pour plus de clarté !

Vendredi 11 septembre

ROCH HACHANA 5787

Que cette nouvelle année vous apporte bonheur, santé et de nombreuses raisons de sourire.

CHANA TOVA !

Bon à savoir

Les horaires et activités sont susceptibles d'être modifiés. Pensez à consulter régulièrement vos messages WhatsApp.

Infos pratiques

Pour les activités en Teams, les ID de réunion et code secret sont réservés aux adhérents.

Tous les stages sont composés de 10 séances par trimestre.

 Teams et présentiel

 Teams uniquement  Goûter

Le saviez-vous ?

Les deux jours de Roch Hachana sont traditionnellement considérés comme « un seul long jour », yoma arikhta, une particularité rare dans le calendrier juif.



AGENDA

Votre semaine à la MSC



Lundi 14 septembre

11h15 - 12h45

STAGE Séance 2
Danse Israélienne Niveau 2

Avec
Gisèle Niddam 65€/trim

12h00 - 13h00

PILATES
Exercices sur chaise

Avec
Alexandra Mekhalfia Gratuit

13h30 - 15h30

STAGE Séance 1
Dessin

Avec
Isabelle Fdida 65€/trim

14h30 - 17h00

CHANTS ESPAGNOLS
¡Cantamos juntos!

Avec
Claire Sabba Gratuit

Mardi 15 septembre

11h00 - 12h30

ATELIER RÉFLEXION
Philosophie / Pensée juive

Avec
Sacha Mandelcwaig Gratuit

11h00 - 12h30

STAGE Séance 2
Danse Israélienne Niveau 1

Avec
Gisèle Niddam 65€/trim

REPORT DU 17 JUIN 2026

15h30 - 17h00 30 pers.

THÉÂTRE
Le grand méchant loup

Avec
La troupe de théâtre
de la MSC 5€

« 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 ! Un spectacle où on ne sait pas qui sont les gentils ni qui sont les méchants. Pour les cœurs d'enfants devenus grands. »

Mercredi 16 septembre

10h15 - 11h45

CAFÉ DISCUSSION
Groupe de parole

Avec
Sacha Mandelcwaig Gratuit

11h00 - 12h30

ATELIER RÉFLEXION
Judaïsme et paracha

Avec
Katy Coen Gratuit

11h00 - 12h30

STAGE Séance 2
Théâtre

Avec
Sergio Canto Sabido 65€/trim

14h30 - 17h00

CARTES
Rami et bridge

Gratuit

14h30 - 16h30 15 pers.

ATELIER CRÉATIF
Calligraphie hébraïque

Avec
Sandra Yérushalmi 10€

L'art d'écrire les lettres hébraïques de manière élégante et harmonieuse.

Jeudi 17 septembre

10h45 - 11h45

STAGE Séance 2
Métis'Danse

Avec
L'équipe de Para la Salsa 65€/trim

11h00 - 12h30

STAGE Séance 2
Oulpan Niveau 2

Avec
L'équipe d'Oulpan Pensia 90€/trim

12h00 - 13h00

STAGE Séance 2
Gym douce

Avec
L'équipe de Para la Salsa 65€/trim

14h30 - 16h30

PROJET
Court métrage Séance 1

Avec
L'équipe de la MSC Gratuit

Nous vous proposons, dans le cadre d'un projet annuel, de réaliser un court métrage sur le thème de votre choix !

14h45 - 16h45

CAFÉ LITTÉRAIRE
Parlons livres

Avec
Annette Feldman Gratuit

Vendredi 18 septembre

10h15 - 12h30

7 pers.

ATELIER CUISINE
Mouna de Kippour

Avec
L'équipe de la MSC 9€

Préparation de mets à emporter : pensez à apporter vos boîtes !

Bon à savoir

Les horaires et activités sont susceptibles d'être modifiés. Pensez à consulter régulièrement vos messages WhatsApp.

Infos pratiques

Pour les activités en Teams, les ID de réunion et code secret sont réservés aux adhérents.

Tous les stages sont composés de 10 séances par trimestre.

Teams et présentiel

Teams uniquement Goûter

Le saviez-vous ?

À Yom Kippour, il est traditionnel de porter du blanc, symbole de pureté et de renouveau, pour marquer l'espoir de commencer l'année sur de nouvelles bases.

AGENDA

Votre semaine à la MSC

Lundi 21 septembre



FERMETURE DE LA MSC Yom Kippour

En ce jour de Yom Kippour, le CASIP se joint à nous pour vous adresser nos pensées les plus chaleureuses. Nous vous souhaitons d'être inscrits et scellés dans le Livre de la Vie.

GMAH HATIMA TOVA !

Mardi 22 septembre

11h00 - 12h30

ATELIER RÉFLEXION Philosophie / Pensée juive

Avec
Sacha Mandelcwaig

Gratuit

14h30 - 16h30

CONFÉRENCE L'économie américaine

Avec
Alain De Toledo

2€

Les propositions économiques de l'Administration du président Trump sont parfois étonnantes et déroutantes, tant elles paraissent en dehors de toutes les théories économiques largement partagées jusqu'à présent. Après quelques jalons de théorie économique, tentons de comprendre ce qui se joue aujourd'hui.

Mercredi 23 septembre

11h00 - 12h30

ATELIER RÉFLEXION Judaïsme et paracha

Avec
Katy Coen

Gratuit

11h00 - 12h30

STAGE Séance 3 Théâtre

Avec
Sergio Canto Sabido

65€/trim

14h00 - 15h30

13 pers. 

VISITE GUIDÉE Diseuses de silence

À
L'Espace Monte-Cristo

Gratuit

Cette exposition réunit 21 sculptrices qui revisitent notre histoire collective contemporaine à travers des récits puissants, mettant en lumière les silences du passé et les luttes à venir. En dialoguant entre elles, leurs œuvres invitent à réfléchir, transmettre et réécrire des histoires communes pour inspirer le changement.

Jeudi 24 septembre

10h45 - 11h45

STAGE Séance 3 Métis'Danse

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

11h00 - 12h30

STAGE Séance 3 Oulpan Niveau 2

Avec
L'équipe d'Oulpan Pensia

90€/trim

12h00 - 13h00

STAGE Séance 3 Gym douce

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

14h30 - 16h30

MS'CINÉ Douze Hommes en colère

Avec
L'équipe de la MSC

Gratuit

« Plongez au cœur d'un huis clos captivant avec Douze Hommes en colère : douze jurés, un verdict à rendre, et une vérité qui se construit dans le doute, le débat et la réflexion. »

Vendredi 25 septembre

SOUCCOTH

Très belle fête à toutes et à tous.

HAG SOUCCOT SAMEAH !



Bon à savoir

Les horaires et activités sont susceptibles d'être modifiés. Pensez à consulter régulièrement vos messages WhatsApp.

Infos pratiques

Pour les sorties : l'heure et le lieu de RDV seront communiqués quelques jours avant.

Pour les activités en Teams, les ID de réunion et code secret sont réservés aux adhérents.

Tous les stages sont composés de 10 séances par trimestre.

 Teams et présentiel

 Teams uniquement  Goûter

Niveau de marche :  Facile

 Modéré

 Difficile





AGENDA

Votre semaine à la MSC

Lundi 28 septembre

11h15 - 12h45

 **STAGE** Séance 3
Danse Israélienne Niveau 2

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

12h00 - 13h00

 **PILATES**
Exercices sur chaise

Avec
Alexandra Mekhalfia

Gratuit

13h30 - 15h30

 **STAGE** Séance 2
Dessin

Avec
Isabelle Fdida

65€/trim

14h30 - 17h00

 **CHANTS ESPAGNOLS**
¡Cantamos juntos!

Avec
Claire Sabba

Gratuit

Mardi 29 septembre

11h00 - 12h30

 **ATELIER RÉFLEXION**
Philosophie / Pensée juive

Avec
Sacha Mandelcwaig

Gratuit

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 3
Danse Israélienne Niveau 1

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

14h00 - 16h30

 **CAFÉ SANTÉ**
La sexualité chez les seniors

Avec
Laura Blanche Lapierre

Gratuit

La sexualité n'a pas d'âge ! Venez échanger librement autour de la vie affective et intime des seniors. Ce Café Santé vous propose un temps d'information, de réflexion et de dialogue pour aborder, sans tabou, les questions, les évolutions et les idées reçues qui entourent la sexualité à tous les âges de la vie.

Mercredi 30 septembre

13h00 - 16h00 (50 pers)

 **SOUCCOTH**
Pizza party sous la souccah

Avec
L'équipe de la MSC

15€

Cette année, à l'occasion de la fête de Souccoth, nous vous proposons de partager une « pizza party », sous une souccah dans le 12^e arrondissement. Un moment convivial pour célébrer ensemble cette belle fête et en redécouvrir toute la richesse et la signification.



Jeudi 1^{er} octobre

10h45 - 11h45

 **STAGE** Séance 4
Métis'Danse

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 4
Oulpan Niveau 2

Avec
L'équipe d'Oulpan Pensia

90€/trim

12h00 - 13h00

 **STAGE** Séance 4
Gym douce

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

14h30 - 16h30

15 pers.

 **JEUX**
Scrabble duplicate

Avec
L'équipe de la MSC

Gratuit

Venez défier les autres joueurs lors d'une partie de Scrabble duplicate, où chacun joue avec les mêmes lettres et tente de trouver le mot qui rapporte le plus de points. À vos lettres !

Vendredi 2 octobre

14h30 - 16h30

 **JEUX**
Booster votre mémoire

Avec
L'équipe de la MSC

Gratuit

Bon à savoir

Les horaires et activités sont susceptibles d'être modifiés. Pensez à consulter régulièrement vos messages WhatsApp.

Infos pratiques

Pour les activités en Teams, les ID de réunion et code secret sont réservés aux adhérents.

Tous les stages sont composés de 10 séances par trimestre.

  Teams et présentiel

 Teams uniquement  Goûter

Le saviez-vous ?

L'Organisation Mondiale de la Santé reconnaît la santé sexuelle comme une composante essentielle de la santé et du bien-être, à tout âge.

AGENDA

Votre semaine à la MSC

SEMAINE BLEUE

Temps fort national dédié aux seniors, la Semaine Bleue célèbre leur rôle essentiel dans la société. À la MSC, cette semaine sera l'occasion de mettre davantage à l'honneur [les talents et les savoir-faire de nos adhérents](#) à travers diverses activités et animations.

Lundi 5 octobre

11h15 - 12h45

 **STAGE** Séance 4

Danse Israélienne Niveau 2

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

12h00 - 13h00

 **PILATES**

Exercices sur chaise

Avec
Alexandra Mekhalfia

Gratuit

13h30 - 15h30

 **STAGE** Séance 3

Dessin

Avec
Isabelle Fdida

65€/trim

14h30 - 17h00

 **CHANTS ESPAGNOLS**
¡Cantamos juntos!

Avec
Claire Sabba

Gratuit

Mardi 6 octobre

11h00 - 12h30

 **ATELIER RÉFLEXION**
Philosophie / Pensée juive

Avec
Sacha Mandelcwaig

Gratuit

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 4

Danse Israélienne Niveau 1

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

14h30 - 16h30

 **CONFÉRENCE**

**Le grand âge vu par
les trois monothéismes**

Avec
Isabelle Levy

2€

Pour lutter contre l'âgisme contemporain, il est bon de revenir aux trois religions du Livre. À rebours du fantasme de jeunesse éternelle et de performance, Christianisme, Judaïsme et Islam nous rappellent le caractère précieux et irremplaçable de nos aînés : l'écoute de nos aîeux demeure un impératif moral.

13h30 - 16h30

7 pers.

 **ATELIER CUISINE**
Cigares au miel

Avec
Lynda Maimaran-Bensahel

9€

Autrice du livre **Les recettes de tata Edès**, Lynda nous accompagnera dans cette recette.

Mercredi 7 octobre

11h00 - 12h30

 **ATELIER RÉFLEXION**
Judaïsme et paracha

Avec
Katy Coen

Gratuit

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 4

Théâtre

Avec
Sergio Canto Sabido

65€/trim

14h30 - 17h00

 **SALON DU LIVRE**

**Quand les adhérents
prennent la plume**

Avec
Les adhérents de la MSC

Gratuit

À l'occasion du Salon du livre de la MSC, plusieurs de nos adhérents auteurs, sélectionnés en amont, viendront nous présenter leurs ouvrages, partager leur parcours d'écriture et échanger avec vous autour de leurs publications. Les livres présentés pourront également être proposés à la vente.

Jeudi 8 octobre

10h45 - 11h45

 **STAGE** Séance 5

Métis'Danse

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 5

Oulpan Niveau 2

Avec
L'équipe d'Oulpan Pensia

90€/trim

12h00 - 13h00

 **STAGE** Séance 5

Gym douce

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

14h30 - 16h30

 **GOÛTER MUSICAL**
Marcus and the Band

Avec
Serge Benghozi

12€

Serge, adhérent à la MSC, viendra avec son groupe partager leur passion pour la musique et nous offrir un moment festif.

Vendredi 9 octobre

Bon à savoir

Les horaires et activités sont susceptibles d'être modifiés. Pensez à consulter régulièrement vos messages WhatsApp.

Infos pratiques

Pour les activités en Teams, les ID de réunion et code secret sont réservés aux adhérents.

Tous les stages sont composés de 10 séances par trimestre.

 Teams et présentiel

 Teams uniquement  Goûter

Le saviez-vous ?

À sa création en 1951, la Semaine Bleue... ne durait qu'une seule journée ! Elle portait alors le nom de « Journée des Vieillards ».



AGENDA

Votre semaine à la MSC



Lundi 12 octobre

11h15 - 12h45

STAGE Séance 5
Danse Israélienne Niveau 2

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

12h00 - 13h00

PILATES
Exercices sur chaise

Avec
Alexandra Mekhalfia

Gratuit

13h30 - 15h30

STAGE Séance 4
Dessin

Avec
Isabelle Fdida

65€/trim

14h30 - 17h00

CHANTS ESPAGNOLS
iCantamos juntos!

Avec
Claire Sabba

Gratuit

Mardi 13 octobre

11h00 - 12h30

ATELIER RÉFLEXION
Philosophie / Pensée juive

Avec
Sacha Mandelcwaig

Gratuit

11h00 - 12h30

STAGE Séance 5
Danse Israélienne Niveau 1

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

17h30 - 20h00

ÉVÉNEMENT
Cérémonie de clôture du projet « De Bouche à Oreille » Édition 2026

« De Bouche à Oreille » est un projet intergénérationnel qui réunit des témoins de la Shoah et des lycéens autour d'un travail de transmission de la mémoire. Cette cérémonie de clôture viendra célébrer plusieurs mois de rencontres et d'échanges.

Réservé aux participants de ce projet.

Mercredi 14 octobre

10h15 - 11h45

ATELIER RÉFLEXION
Communication et médias

Avec
Sacha Mandelcwaig

Gratuit

11h00 - 12h30

ATELIER RÉFLEXION
Judaïsme et paracha

Avec
Katy Coen

Gratuit

11h00 - 12h30

STAGE Séance 5
Théâtre

Avec
Sergio Canto Sabido

65€/trim

14h30 - 17h00

CARTES
Rami et bridge

Gratuit

14h30 - 16h30

PROJET
Court métrage Séance 2

Avec
L'équipe de la MSC

Gratuit

Nous vous proposons, dans le cadre d'un projet annuel, de réaliser un court métrage sur le thème de votre choix !

Jeudi 15 octobre

10h45 - 11h45

STAGE Séance 6
Métis'Danse

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

11h00 - 12h30

STAGE Séance 6
Oulpan Niveau 2

Avec
L'équipe d'Oulpan Pensia

90€/trim

12h00 - 13h00

STAGE Séance 6
Gym douce

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

14h30 - 16h00

14 pers.

VISITE GUIDÉE
Georges Méliès, la magie du cinéma

À la
Cinémathèque

13€

Plongez dans l'univers féerique de ce magicien devenu pionnier du cinéma et des effets spéciaux. Une immersion captivante aux origines du cinéma moderne.

14h45 - 16h45

CAFÉ LITTÉRAIRE
Parlons livres

Avec
Annette Feldman

Gratuit

Vendredi 16 octobre

10h15 - 12h30

7 pers.

ATELIER CUISINE
Hallot de chabbat

Avec
L'équipe de la MSC

9€

Préparation de mets à emporter : pensez à apporter vos boîtes !

Bon à savoir

Les horaires et activités sont susceptibles d'être modifiés. Pensez à consulter régulièrement vos messages WhatsApp.

Infos pratiques

Pour les sorties : l'heure et le lieu de RDV seront communiqués quelques jours avant.

Pour les activités en Teams, les ID de réunion et code secret sont réservés aux adhérents.

Tous les stages sont composés de 10 séances par trimestre.

Teams et présentiel

Teams uniquement Goûter

Niveau de marche : Facile

Modéré

Difficile

AGENDA

Votre semaine à la MSC

Lundi 19 octobre



FERMETURE DE LA MSC

Journée administrative

La MSC sera exceptionnellement fermée afin de permettre à l'équipe de travailler sur l'organisation et la préparation des prochaines activités.

Mardi 20 octobre

11h00 - 12h30



ATELIER RÉFLEXION Philosophie / Pensée juive

Avec
Sacha Mandelcwaig

Gratuit

14h30 - 16h30



CONFÉRENCE Christophe Colomb : un juif caché au temps de l'Inquisition espagnole.

Avec
Raymond Melka

2€

Tout le monde connaît Christophe Colomb en tant que grand navigateur, et sa découverte de l'Amérique en octobre 1492. Mais peu de gens savent qu'il s'agit d'un Juif espagnol qui cachait son origine pour éviter des ennuis. C'est notamment cette dimension « marrane » de son identité que nous mettrons en évidence dans cette conférence.

Mercredi 21 octobre

11h00 - 12h30



ATELIER RÉFLEXION Judaïsme et paracha

Avec
Katy Coen

Gratuit

11h00 - 12h30

STAGE Séance 6 Théâtre

Avec
Sergio Canto Sabido

65€/trim

14h30 - 17h00

CARTES Rami et bridge

Gratuit

14h30 - 16h30

15 pers.

ATELIER CRÉATIF Calligraphie hébraïque

Avec
Sandra Yérushalmi

10€

L'art d'écrire les lettres hébraïques de manière élégante et harmonieuse.

Jeudi 22 octobre

REPORT DU LUNDI 22 JUIN 2026

ATELIER COMPLET

10h00 - 13h00 7 pers.

ATELIER REPAS Repas Mexicain - Préparation

Avec
L'équipe de la MSC

10€

Préparons ensemble une spécialité mexicaine : tacos, salade fraîche, boissons typiques, desserts fruités...

REPORT DU LUNDI 22 JUIN 2026

ATELIER COMPLET

13h00 - 16h30 15 pers.

ATELIER REPAS Repas Mexicain - Dégustation

Avec
L'équipe de la MSC

13€

Rejoignez-nous et venez composer et déguster vos tacos faits maison !

Vendredi 23 octobre

Bon à savoir

Les horaires et activités sont susceptibles d'être modifiés. Pensez à consulter régulièrement vos messages WhatsApp.

Infos pratiques

Pour les activités en Teams, les ID de réunion et code secret sont réservés aux adhérents.

Tous les stages sont composés de 10 séances par trimestre.

 Teams et présentiel

 Teams uniquement  Goûter

Le saviez-vous ?

Les origines du CASIP remontent à 1809, sous Napoléon I^{er} ! Plus de deux siècles d'histoire et d'action sociale au service de la communauté.



AGENDA

Votre semaine à la MSC



Lundi 26 octobre

11h15 - 12h45

STAGE Séance 6
Danse Israélienne Niveau 2

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

12h00 - 13h00

PILATES
Exercices sur chaise

Avec
Alexandra Mekhalfia

Gratuit

13h30 - 15h30

STAGE Séance 5
Dessin

Avec
Isabelle Fdida

65€/trim

14h30 - 17h00

CHANTS ESPAGNOLS
¡Cantamos juntos!

Avec
Claire Sabba

Gratuit

Mardi 27 octobre

11h00 - 12h30

ATELIER RÉFLEXION
Philosophie / Pensée juive

Avec
Sacha Mandelcwaig

Gratuit

11h00 - 12h30

STAGE Séance 6
Danse Israélienne Niveau 1

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

14h00 - 16h30

CAFÉ SANTÉ
**Mieux comprendre la
maltraitance pour mieux la
prévenir**

Avec
Héloïse Galili

Gratuit

Parce que la maltraitance ne se résume pas aux violences physiques, ce Café Santé vous invite à en découvrir les différentes formes, à repérer les signes d'alerte et à échanger librement dans un cadre bienveillant.

Mercredi 28 octobre

10h15 - 11h45

CAFÉ DISCUSSION
Groupe de parole

Avec
Sacha Mandelcwaig

Gratuit

11h00 - 12h30

ATELIER RÉFLEXION
Judaïsme et paracha

Avec
Katy Coen

Gratuit

11h00 - 12h30

STAGE Séance 7
Théâtre

Avec
Sergio Canto Sabido

65€/trim

14h30 - 16h00

23 pers.

VISITE GUIDÉE
Stan Douglas. Parallaxe.

Au
Jeu de Paume

10€

Stan Douglas explore, à travers des récits visuels complexes, la façon dont l'histoire et les images façonnent notre perception du monde. Son œuvre révèle les tensions sociales, politiques et culturelles qui traversent les époques.

Jeudi 29 octobre

10h45 - 11h45

STAGE Séance 7
Métis'Danse

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

11h00 - 12h30

STAGE Séance 7
Oulpan Niveau 2

Avec
L'équipe d'Oulpan Pensia

90€/trim

12h00 - 13h00

STAGE Séance 7
Gym douce

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

14h30 - 16h30

JEUX
Débats

Avec
L'équipe de la MSC

Gratuit

Venez débattre autour de différents sujets, des plus loufoques ou non.

Vendredi 30 octobre

REPORT DU 19 JUIN 2026

10h30 - 12h30 10 pers.

ATELIER CRÉATIF
Cyanotype

Avec
L'équipe de la MSC

6€

Procédé photographique ancien qui produit des images en bleu de Prusse.

Bon à savoir

Les horaires et activités sont susceptibles d'être modifiés. Pensez à consulter régulièrement vos messages WhatsApp.

Infos pratiques

Pour les sorties : l'heure et le lieu de RDV seront communiqués quelques jours avant.

Pour les activités en Teams, les ID de réunion et code secret sont réservés aux adhérents.

Tous les stages sont composés de 10 séances par trimestre.

Teams et présentiel

Teams uniquement Goûter

Niveau de marche : Facile

Modéré

Difficile

AGENDA

Votre semaine à la MSC

Lundi 2 novembre

11h15 - 12h45

 **STAGE** Séance 7
Danse Israélienne Niveau 2

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

12h00 - 13h00

 **PILATES**
Exercices sur chaise

Avec
Alexandra Mekhalfia

Gratuit

13h30 - 15h30

 **STAGE** Séance 6
Dessin

Avec
Isabelle Fdida

65€/trim

14h30 - 17h00

 **CHANTS ESPAGNOLS**
¡Cantamos juntos!

Avec
Claire Sabba

Gratuit

Mardi 3 novembre

11h00 - 12h30

 **ATELIER RÉFLEXION**
Philosophie / Pensée juive

Avec
Sacha Mandelcwaig

Gratuit

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 7
Danse Israélienne Niveau 1

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

14h30 - 16h30

 **CONFÉRENCE**
**La politique mémorielle
de la Pologne d'aujourd'hui**

Avec
Henryk Paszt

2€

En cette période de commémoration des victimes de la Nuit de Cristal, quels sont aujourd'hui les obstacles à l'écriture d'une histoire des Juifs de Pologne ?

13h30 - 16h30

 **ATELIER CUISINE**
Les goûters de mamie

Avec
L'équipe de la MSC

9€

Préparation de cookies et de madeleines à emporter : pensez à apporter vos boîtes !

Mercredi 4 novembre

11h00 - 12h30

 **ATELIER RÉFLEXION**
Judaïsme et paracha

Avec
Katy Coen

Gratuit

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 8
Théâtre

Avec
Sergio Canto Sabido

65€/trim

10h15 - 15h00

 **INTERGÉNÉRATIONNEL**
Cuisinons ensemble

Avec
L'équipe de la MSC et
du CAJ Robert Job de l'OSE

10€

Aux fourneaux, toutes générations confondues ! Seniors et jeunes adultes se retrouvent en cuisine pour préparer ensemble de délicieuses recettes, échanger leurs astuces et déguster, dans une ambiance conviviale, les plats qu'ils auront préparés.

Jeudi 5 novembre

10h45 - 11h45

 **STAGE** Séance 8
Métis'Danse

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 8
Oulpan Niveau 2

Avec
L'équipe d'Oulpan Pensia

90€/trim

12h00 - 13h00

 **STAGE** Séance 8
Gym douce

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

14h30 - 16h30

 **MS'CINÉ**
Le sens de la fête

Avec
L'équipe de la MSC

Gratuit

Au travers de ce film culte, découvrez les coulisses mouvementées d'un grand mariage où rien ne se passe comme prévu. Une comédie vive et pleine de rebondissements sur l'art de gérer l'imprévu.

Vendredi 6 novembre

Bon à savoir

Les horaires et activités sont susceptibles d'être modifiés. Pensez à consulter régulièrement vos messages WhatsApp.

Infos pratiques

Pour les activités en Teams, les ID de réunion et code secret sont réservés aux adhérents.

Tous les stages sont composés de 10 séances par trimestre.

 Teams et présentiel

 Teams uniquement  Goûter

Le saviez-vous ?

Le miel est l'un des rares aliments qui peut se conserver pendant des milliers d'années ! Du miel encore préservé a même été retrouvé dans d'anciennes tombes égyptiennes.



AGENDA

Votre semaine à la MSC



Lundi 9 novembre

11h15 - 12h45

 **STAGE** Séance 8
Danse Israélienne Niveau 2

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

12h00 - 13h00 

 **PILATES**
Exercices sur chaise

Avec
Alexandra Mekhalfia

Gratuit

14h30 - 17h00

 **CHANTS ESPAGNOLS**
¡Cantamos juntos!

Avec
Claire Sabba

Gratuit

Mardi 10 novembre

11h00 - 12h30 

 **ATELIER RÉFLEXION**
Philosophie / Pensée juive

Avec
Sacha Mandelcwaig

Gratuit

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 8
Danse Israélienne Niveau 1

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

14h00 - 16h30

 **GRAND JEU**
Procès fictif

Avec
L'équipe de la MSC

Gratuit

Devenez juré, avocat de la défense ou procureur dans une véritable affaire judiciaire britannique. À l'aide de témoignages, de rapports d'enquête et de débats, saurez-vous rendre le bon verdict ?

Mercredi 11 novembre



FERMETURE DE LA MSC

**Armistice
du 11 novembre 1918**

Journée nationale de mémoire en hommage aux combattants et aux victimes de la Première Guerre Mondiale 1914 - 1918.

Jeudi 12 novembre

10h45 - 11h45

 **STAGE** Séance 9
Métis'Danse

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 9
Oulpan Niveau 2

Avec
L'équipe d'Oulpan Pensia

90€/trim

12h00 - 13h00

 **STAGE** Séance 9
Gym douce

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

14h30 - 16h00

18 pers. 

 **SORTIE**
**Andy Warhol, la ligne
et l'image**

Au
Musée du Luxembourg

10€

L'exposition révèle ses expérimentations et le lien entre geste artistique et reproduction. Un regard inédit sur le maître du pop art...

14h45 - 16h45

 **CAFÉ LITTÉRAIRE**
Parlons livres

Avec
Annette Feldman

Gratuit

Vendredi 13 novembre

10h15 - 12h30

 **ATELIER CUISINE**
Gâteaux sans sucre

Avec
L'équipe de la MSC

9€

Préparation de mets à emporter :
pensez à apporter vos boîtes !

Bon à savoir

Les horaires et activités sont susceptibles d'être modifiés. Pensez à consulter régulièrement vos messages WhatsApp.

Infos pratiques

Pour les sorties : l'heure et le lieu de RDV seront communiqués quelques jours avant.

Pour les activités en Teams, les ID de réunion et code secret sont réservés aux adhérents.

Tous les stages sont composés de 10 séances par trimestre.

  Teams et présentiel

 Teams uniquement  Goûter

Niveau de marche :  Facile

 Modéré

 Difficile

AGENDA

Votre semaine à la MSC

Lundi 16 novembre

11h15 - 12h45

 **STAGE** Séance 9

Danse Israélienne Niveau 2

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

12h00 - 13h00

 **PILATES**

Exercices sur chaise

Avec
Alexandra Mekhalfia

Gratuit

13h30 - 15h30

 **STAGE** Séance 7

Dessin

Avec
Isabelle Fdida

65€/trim

14h30 - 17h00

 **CHANTS ESPAGNOLS**
¡Cantamos juntos!

Avec
Claire Sabba

Gratuit

Mardi 17 novembre

11h00 - 12h30

 **ATELIER RÉFLEXION**
Philosophie / Pensée juive

Avec
Sacha Mandelcwajg

Gratuit

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 9

Danse Israélienne Niveau 1

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

14h30 - 16h30

 **CONFÉRENCE**
Les enjeux de l'élection présidentielle en France.

Avec
Francis Elbaz

2€

La campagne électorale des présidentielles en France arrive progressivement, il est donc important de revenir sur le fonctionnement de nos institutions. Quels sont les mécanismes démocratiques à l'œuvre durant cette période cruciale pour le pays ? Jusqu'au vote du citoyen au sein de l'isoloir, quel est le système institutionnel qui anime toute la Cité ?

Mercredi 18 novembre

11h00 - 12h30

 **ATELIER RÉFLEXION**
Judaïsme et paracha

Avec
Katy Coen

Gratuit

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 9

Théâtre

Avec
Sergio Canto Sabido

65€/trim

14h30 - 17h00

 **CARTES**
Rami et bridge

Gratuit

14h30 - 16h30

 **ATELIER CRÉATIF**
Calligraphie hébraïque

Avec
Sandra Yérushalmi

10€

L'art d'écrire les lettres hébraïques de manière élégante et harmonieuse.

Jeudi 19 novembre

10h45 - 11h45

 **STAGE** Séance 10

Métis'Danse

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 10

Oulpan Niveau 2

Avec
L'équipe d'Oulpan Pensia

90€/trim

12h00 - 13h00

 **STAGE** Séance 10

Gym douce

Avec
L'équipe de Para la Salsa

65€/trim

14h30 - 16h30

 **PROJET**
Court métrage Séance 3

Avec
L'équipe de la MSC

Gratuit

Nous vous proposons, dans le cadre d'un projet annuel, de réaliser un court métrage sur le thème de votre choix !

Vendredi 20 novembre

Bon à savoir

Les horaires et activités sont susceptibles d'être modifiés. Pensez à consulter régulièrement vos messages WhatsApp.

Infos pratiques

Pour les activités en Teams, les ID de réunion et code secret sont réservés aux adhérents.

Tous les stages sont composés de 10 séances par trimestre.

 Teams et présentiel

 Teams uniquement  Goûter

Le saviez-vous ?

En France, le Président de la République est élu au **suffrage universel direct** depuis 1962. Chaque électeur choisit directement son candidat lors d'un scrutin à deux tours.



AGENDA

Votre semaine à la MSC



CAP SUR LA PROCHAINE PROGRAMMATION

Alors que ce programme touche à sa fin, nous vous donnons rendez-vous le **mardi 1^{er} décembre à 10h** pour les inscriptions du prochain trimestre. La reprise des activités est prévue le **lundi 7 décembre**. À très bientôt à la MSC !

Lundi 23 novembre

11h15 - 12h45

 **STAGE** Séance 10
Danse Israélienne Niveau 2

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

12h00 - 13h00

 **PILATES**
Exercices sur chaise

Avec
Alexandra Mekhalfia

Gratuit

13h30 - 15h30

 **STAGE** Séance 8
Dessin

Avec
Isabelle Fdida

65€/trim

14h30 - 17h00

 **CHANTS ESPAGNOLS**
¡Cantamos juntos!

Avec
Claire Sabba

Gratuit

Mardi 24 novembre

11h00 - 12h30

 **ATELIER RÉFLEXION**
Philosophie / Pensée juive

Avec
Sacha Mandelcwaig

Gratuit

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 10
Danse Israélienne Niveau 1

Avec
Gisèle Niddam

65€/trim

14h00 - 16h30

 **CAFÉ SANTÉ**
Soin de soi et soin des autres

Avec
Un spécialiste

Gratuit

Dans le cadre de notre cycle de Cafés Santé, cette rencontre sera consacrée à un sujet en lien avec cette thématique de soin, lequel sera précisé prochainement.

Mercredi 25 novembre

10h15 - 11h45

 **ATELIER RÉFLEXION**
Communication et médias

Avec
Sacha Mandelcwaig

Gratuit

11h00 - 12h30

 **ATELIER RÉFLEXION**
Judaïsme et paracha

Avec
Katy Coen

Gratuit

11h00 - 12h30

 **STAGE** Séance 10
Théâtre

Avec
Sergio Canto Sabido

65€/trim

11h00 - 12h00

 **VISITE GUIDÉE**
Le grand âge

Au
Musée de l'Homme

10€

Nikos Aliagas photographie depuis de nombreuses années les visages du temps qui passe. Les images présentées dans l'exposition ont été choisies pour leur capacité à rendre visible ce qui demeure souvent silencieux.

Jeudi 26 novembre

10h00 - 13h00

7 pers.

 **ATELIER REPAS**
Repas Grec - Préparation

Avec
L'équipe de la MSC

10€

Préparons ensemble des spécialités grecques : Salade à la grecque, moussaka, salade à l'orange et loukoumade (beignets traditionnels).

13h00 - 16h30

15 pers.

 **ATELIER REPAS**
Repas Grec - Dégustation

Avec
L'équipe de la MSC

13€

Rejoignez-nous et venez composer et déguster un délicieux menu à la grecque.

Vendredi 27 novembre

10h30 - 12h00

 **JEUX**
Booster votre mémoire

Avec
L'équipe de la MSC

Gratuit

Bon à savoir

Les horaires et activités sont susceptibles d'être modifiés. Pensez à consulter régulièrement vos messages WhatsApp.

Infos pratiques

Pour les sorties : l'heure et le lieu de RDV seront communiqués quelques jours avant.

Pour les activités en Teams, les ID de réunion et code secret sont réservés aux adhérents.

Tous les stages sont composés de 10 séances par trimestre.

  Teams et présentiel

 Teams uniquement  Goûter

Niveau de marche :  Facile

 Modéré

 Difficile

Retour sur... le repas de fin d'année

Un air de vacances avant l'été



Avant la pause estivale, seniors et équipe de la MSC se sont retrouvés autour d'un repas convivial pour clôturer la fin de l'année. Ce déjeuner a été préparé avec soin par l'équipe, accompagnée d'un groupe de seniors, illustrant une nouvelle fois l'esprit de participation et de convivialité qui anime la MSC.

Nous avons dégusté un repas copieux et familial, composé de pâtes aux légumes et de poulet rôti, suivi d'une salade de fruits de saison.

Ce moment partagé « à la bonne franquette » a permis de prendre le temps de discuter, de revenir sur ce qui s'est passé ces derniers mois et d'évoquer les envies et perspectives pour la suite.

La présence des musiciens du groupe Mishkan a ensuite donné une dimension toute particulière à cette rencontre. Rassemblés en arc de cercle autour d'eux, nous avons retrouvé, le temps de quelques chansons, l'atmosphère chaleureuse d'un feu de camp, rappelant l'esprit des colonies de vacances.

Chants, danses et échanges spontanés se sont naturellement enchaînés, permettant à chacun de participer et de repartir avec de beaux souvenirs.



Retour sur... la journée à Fontainebleau

Une parenthèse royale



Pour la deuxième année consécutive, la MSC a proposé une grande journée évasion très attendue par les adhérents.

Dès le matin, les participants ont pris place dans un car en direction de Fontainebleau pour une journée sous le signe de la découverte, du partage et de la convivialité.

Au programme : une visite guidée du majestueux château de Fontainebleau et la découverte de ses jardins. Ancienne résidence des rois et des empereurs français, ce lieu emblématique nous a plongés au cœur de plusieurs siècles d'histoire et permis d'admirer l'un des plus beaux joyaux du patrimoine français.

À l'heure du déjeuner, chacun a pu profiter de ce moment à son rythme : certains ont choisi de pique-niquer dans les

jardins du château, tandis que d'autres se sont installés au restaurant avant de reprendre les visites.

L'après-midi s'est poursuivi par une balade à bord d'un petit train touristique, offrant une découverte originale de l'ensemble du domaine, rythmée par les commentaires du guide. Cette activité a été particulièrement appréciée par les participants. Malgré quelques secousses sur le trajet, les sourires et la bonne humeur étaient au rendez-vous !

Cette belle escapade a permis à chacun de partager un moment chaleureux, riche en découvertes culturelles et en échanges, laissant à tous de très beaux souvenirs de cette journée à Fontainebleau.



Toute l'équipe de la MSC vous souhaite une excellente rentrée et de très belles fêtes.



MSC Bluma Fiszler

Adresse :

1 ter rue Charles Baudelaire
75012 Paris

Contact :

09 72 38 25 94
mscblumafiszler@casip.fr

 MSC Bluma Fiszler

 fondation_casip

Horaires d'ouverture :

Lundi : 11h - 17h30
Mardi : 10h - 17h30
Mercredi : 10h - 17h30
Jeudi : 10h - 17h30
Vendredi : 10h - 13h

Accès :