



Mai 2019 – n°39

*Rappel :  
Samedi 22 juin l'après-midi ... Surprise !*



*Rappel :  
Samedi 15 juin à 15h Assemblée Générale  
Vous recevrez les rapports et la convocation courant  
le mois de mai.*



# LETTRE D'INFORMATION p.2

*Cultiver la solidarité  
Pratiquer l'entraide  
Le Comptoir des Solidarités*



*Voilà, nous y sommes !*

*Le mercredi 15 mai à 15h au 14 rue Tlemcen,  
première réunion et lancement du  
Comptoir des Solidarités :*

*On vous présentera les intervenants pour les travaux de bricolage, de ménage, de dépannage informatique, ect...*

*Les personnes d'entre vous qui ont d'ores et déjà des besoins de services, prière de les lister et si possible nous les faire parvenir avant la réunion afin de pouvoir organiser les rendez-vous et les interventions jusqu'à la fin du mois de juin.*

*Nous vous parlerons aussi des contacts en cours pour l'accompagnement en voiture dans certains déplacements pour les personnes moins mobiles... et pour la constitution d'un « groupe d'achat » pour acheter à prix coutant des produits alimentaires de qualité (issus de la filière biologique et de circuits courts).*



## *Les activités hebdomadaires*

Juste pour rappel :

**Gymnastique douce** : ateliers « sur chaise », « au sol » et « stretching » ;

**Tai-chi** : ateliers avancé, intermédiaire et débutants ;

**Technique Alexander**

**Sophrologie**

**Stimulation cognitive**

**Réflexologie Plantaire**

**Atelier Peinture**

Tous les ateliers sont au complet....

Commencez à penser à la rentrée de septembre

**Tricot** : ouvert, tous les vendredi après-midi vous êtes les bienvenu-e-s !

**Atelier Jeux Théâtral** : ouvert, tous les jeudis à partir de 18h vous êtes les bienvenu-e-s !

**Atelier Philosophie** : ouvert, un mercredi sur deux l'après-midi vous êtes les bienvenu-e-s !

**Ateliers informatique :**

Mercredi et jeudi matin : ateliers de formation.

Jeudi après-midi réservé aux démarches en ligne concernant la retraites et les droits annexes.

## *Les samedis de mai*

*Nouveauté : une conférence sur « La Couleur », le samedi 18 mai*

**Les jeux de société reprennent en Octobre**

**Samedi 11 mai** à 15h - cinéclub avec « Séraphine » film de Martin Provost de 2008 : « en 1912, le collectionneur d'art d'avant-garde s'installe à Senlis et prend comme femme de ménage Séraphine, 48 ans. Quelque temps plus tard sa stupéfaction est grande d'apprendre que Séraphine femme de ménage visionnaire est l'auteur des petites peintures réalisées sur bois. »

**Samedi 18 mai** à 15h notre amie Marie-Annick Jagu artiste plasticienne et enseignante, nous parlera de sa passion pour la couleur... les théories sur la couleur au fil des siècles dès Léonard de Vinci... un peu d'histoire de la couleur... la couleur, un monde d'expression en soi jusqu'à dans sa vie quotidienne...

**Samedi 25 mai** à 15h - après-midi en chansons avec Malène

## *Les vendredis...*

Les après-midis, entre le tricot et la peinture, vous pouvez passer à l'association pour échanger deux mots... boire un café ensemble...et

**Le Bal Folk du vendredi soir est suspendu jusqu'en octobre. Avec les journées allongées et le bon temps, il se tient désormais, sur les quais de Seine !**



## *...Et les jeudis*

*Jeudi 16 mai à 15h* l'atelier de fabrication des produits naturels reprendra avec Bénédicte

*Jeudi 23 mai à 15h* – deuxième atelier autour de l'alimentation animé par l'Atelier Santé Ville. La thématique du jour : les ressources alimentaires, restaurants solidaires, restaurants Emeraudes...

*et tous les jeudis* l'atelier de jeux théâtral animés par Jacques et Nadja de 18h à 20h

## *Les sorties culturelles avec l'assoc LSR*

### **Vendredi 3 mai 2019**

**ATTENTION** : C'est pour qui avait déjà fait l'inscription avant le 26 avril

**Visite** Château de Vincennes, lieu chargé d'histoire.

Attention : pour la visite du donjon il y a des marches difficiles

**Rendez-vous** 13 h 30 devant la billetterie

**Prix** : 9 €

**Transports** Métro Château de Vincennes ou RER A Vincennes, Bus 46, 56, 86.

**Contact** : Gérard LARUE : 07 78 07 24 20

### **Vendredi 10 mai 2019**

**ATTENTION** : C'est pour qui avait déjà fait l'inscription avant le 20 avril

**Exposition numérique** : "Van Gogh". La nouvelle exposition numérique de l'Atelier des Lumières propose une immersion dans les toiles de Vincent van Gogh et un voyage immersif dans l'art japonais.

Rendez-vous 13 h 30 devant L'Atelier des Lumières 38/40 rue Saint Maur 75011

**Transports** Métro Père Lachaise, Rue Saint Maur ou Voltaire - Bus 46, 56, 61 et 69

**Prix** : 13,50 €

**Contact** : Evelyne ROY : 07 78 67 65 75

### **Lundi 13 mai 2019**

**ATTENTION** : C'est pour qui avait déjà fait l'inscription avant le 20 avril

**Petit train bleu** : "Circuit élégant". A travers le Paris du luxe, des affaires et du divertissement, du Louvre à l'Opéra Garnier

**Rendez-vous** 15 h au 15 Rue de l'Amiral Coligny

**Transports** Métro Louvre Rivoli Bus 72

**Prix des places** : 14 €

**Contact** Evelyne ROY : 07 78 67 65 75



# LETTRE D'INFORMATION p.5

## Samedi 25 mai 2019

**ATTENTION** : C'est pour qui avait déjà fait l'inscription avant le 15 mars

**Concert** : “Berlioz and friends” Œuvres de Berlioz (Damnation de Faust), de Bizet (Carmen), de Paganini et de Litz. Orchestre Padeloup, direction Mykola Diadiura

**Rendez-vous** 14 h 30 Philharmonie 223Ave JJ Jaurès 75019 - Escalator de droite entrée salle à Gauche

**Transports** Métro Porte de Pantin - Bus 30, 31

**Prix des places** : 29,50 €

**Contact** : Christiane Grimouille : 01 46 07 86 93 ou 06 84 88 96 99

## Mardi 28 mai 2019 à 14 h 30

**Balade** : “Sur les pas de Brassens”. Dans les rues des 14<sup>ème</sup> et 15<sup>ème</sup> arrondissements avec un mini récital au parc Brassens. Déjà faite mais très demandée.

**Rendez-vous** 14 h Sortie métro Pernety

**Transports** Métro Pernety - Bus : 62

**Participation aux frais** : 2 € ; Livret 5 € perçus sur place

**Inscription obligatoire**

**Contact** Jean-Pierre FRERE : 06 30 74 28 12

## Inscriptions à faire en mai pour visites les mois suivants

**ATTENTION** Inscription le 27 mai au plus tard - chèque à envoyer à :

LSR Paris Bureau 222 - 85 rue Charlot 75140 PARIS cedex 03

**Contact** Geneviève LE JEUNE : 06 37 47 69 40

## Mardi 4 juin 2019 à 14 h

**Visite**: “Les nymphéas”. L'œuvre de Monet revisitée. Plus d'une centaine de tableaux

**Rendez-vous** 13 h 45 devant l'entrée du Musée de l'Orangerie

**Transports** Métro Concorde - Bus : 42, 72, 73, 94

**Prix des places** : 9 €



## Activités mutualisées proposées par la MCAS

### Attention ! Pour ces sorties il faut :

- 1- Contacter Jean-Pierre FRERE 06 74 28 12 pour s'inscrire.
- 2- Attendre la confirmation d'inscription
- 3- S'il y a confirmation, payer par chèque à l'ordre de LSR Paris 4- Envoyer le chèque à LSR Paris Bureau 222 85 rue Charlot 75140 PARIS cedex 03

### Vendredi 10 mai 2019 à partir de 10 h

**ATTENTION** : Inscription jusqu'au 2 mai - contacter Jean-Pierre FRERE 06 74 28 12

**Balade à Saint-Denis** : Tour du monde des saveurs au Marché Saint-Denis

Le monde se retrouve à Saint-Denis dans l'un des plus grands marchés d'Île de France. Le marché de Saint-Denis est l'héritier de la grande foire du Lendit qui, au Moyen-Age, réunissait marchands et chalands de toute l'Europe. Non loin de la Basilique, la grande halle de fer du XIXème siècle accueille trois fois par semaine plus de cent-soixante marchands dans une ambiance populaire et colorée. Vous cheminerez entre les étals de fruits, de légumes et d'épices et rencontrerez des marchands fiers de leur métier. Vous serez surpris par la diversité des produits proposés, et voyagerez dans les traditions culinaires du monde entier. Pour vous en convaincre, une dégustation de produits de saison vous sera proposée.

Déjeuner dans un restaurant à proximité du marché.

**Visite guidée** de la Basilique-cathédrale.

**Tarif** : 58 €.

**Rendez-vous** précisé à l'inscription.

### Lundi 27 mai 2019 à 10 h

**ATTENTION** : Inscription jusqu'au 9 mai - contacter Jean-Pierre FRERE 06 74 28 12

**Visite guidée de la Maison de la Radio** : des studios de radio aux grandes salles de concert, découvrez la Maison de la radio et toute son histoire. De sa construction à sa réhabilitation, de la Guerre froide aux nouvelles technologies, 50 ans d'histoire se dévoileront sous vos yeux !

**Tarif** : 10 €.

**Rendez-vous** à 14 h 45 porte Seine de la Maison de la Radio - 116 avenue du Président Kennedy Paris 16e. Accès : RER C Avenue du Pdt Kennedy - Maison de Radio France ou M°6 Passy – M°9 Ranelagh – M°10 Javel-André Citroën.