

# Maison des Seniors

## PLANNING DES ACTIVITÉS 2026

Mai - Juin - Juillet



## Mai 2026

- |                       |             |            |   |
|-----------------------|-------------|------------|---|
| <input type="radio"/> | Lundi 4     | 9h45-11h45 | Atelier Mobilisation cognitive (salle n°2)  |
| <input type="radio"/> | Mardi 5     | 9h30-11h30 | Cours de guitare (salle n°2)  |
| <input type="radio"/> |             | 9h30-11h45 | Initiation au billard animée par Jean-Marc et Luc (salle n°3)   |
| <input type="radio"/> |             | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle rdc)   |
| <input type="radio"/> | Mercredi 6  | 10h-11h30  | Séance de Sophrologie (salle n°3)   |
| <input type="radio"/> |             | 14h-17h45  | Jeux de cartes : Belote, Rami, tarot... (salle rdc)   |
| <input type="radio"/> |             | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle n°2)   |
| <input type="radio"/> | Jeudi 7     | 9h30-11h30 | Club de bridge (salle n°3)  |
| <input type="radio"/> |             | 14h-17h45  | Tournoi de belote (salle rdc)   |
| <input type="radio"/> | Mardi 12    | 9h30-11h30 | Cours de guitare (salle n°2)  |
| <input type="radio"/> |             | 9h30-11h45 | Initiation au billard animée par Jean-Marc et Luc (salle n°3)   |
| <input type="radio"/> |             | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle rdc)   |
| <input type="radio"/> |             | 14h30-17h  | Loto et goûter - Venez remporter un lot ! (Salle rdc) (4 parties)<br>Inscrivez-vous du 4/05 à 14h au 5/05 à 17h45 |
| <input type="radio"/> |             | 15h-17h    | Mémotonic (salle n°2)   |
| <input type="radio"/> | Mercredi 13 | 14h-17h45  | Jeux de cartes : Belote, Rami, tarot... (salle rdc)   |
| <input type="radio"/> |             | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle rdc)   |
| <input type="radio"/> |             | 14h-17h45  | Fans de timbres (salle n°2)   |
| <input type="radio"/> | Lundi 18    | 9h45-11h45 | Atelier Mobilisation cognitive (salle n°2)  |
| <input type="radio"/> |             | 13h30-17h  | <b>Sortie Cinéma</b> - Inscrivez-vous du 4/05 à 14h au 5/05 à 17h45   |
| <input type="radio"/> | Mardi 19    | 9h30-11h30 | Cours de guitare (salle n°2)  |
| <input type="radio"/> |             | 9h30-11h45 | Initiation au billard animée par Jean-Marc et Luc (salle n°3)   |
| <input type="radio"/> |             | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle rdc)   |
| <input type="radio"/> |             | 15h-17h    | Mémotonic (salle n°2)   |





## Mai 2026 (suite)

- |   |             |             |   |
|---|-------------|-------------|---|
| ○ | Mercredi 20 | 10h-11h30   | Séance de sophrologie (salle n°3)   |
| ○ |             | 14h-17h45   | Jeux de cartes : Belote, Rami, tarot... (salle rdc)   |
| ○ |             | 14h-17h45   | Loisirs d'aiguilles (salle n°2)   |
| ○ | Jeudi 21    | 9h30-11h30  | Club de bridge (salle n°3)  |
| ○ |             | 14h-17h45   | Tournoi de belote (salle rdc)   |
| ○ | Mardi 26    | 9h30-11h30  | Cours de guitare (salle n°2)  |
| ○ |             | 9h30-11h45  | Initiation au billard par Jean-Marc & Luc (salle n°3)   |
| ○ |             | 14h-17h45   | Loisirs d'aiguilles (salle n°2)   |
| ○ |             | 14h30-17h   | Loto et goûter - Venez remporter un lot ! (Salle rdc) (4 parties)<br>Inscrivez-vous du 11/05 à 14h au 12/05 à 17h45   |
| ○ | Mercredi 27 | 14h-17h45   | Jeux de cartes - Belote, Rami, tarot... (salle rdc)   |
| ○ |             | 14h-17h45   | Loisirs d'aiguilles (salle rdc)   |
| ○ |             | 14h-17h45   | Fans de timbres (salle n°2)   |
| ○ |             | 14h30-16h   | <b>Visite guidée de l'Église de Lisses avec Martine</b> - Inscrivez-vous du 20/05 à 14h au 21/05 à 17h45  |
| ○ | Jeudi 28    | 9h30-11h30  | Club de bridge (salle n°3)  |
| ○ |             | 11h45-13h45 | <b>Repas « Saveur de mai » !</b> (Salle rdc) - Inscrivez-vous du 11/05 à 14h au 12/05 à 17h45   |
| ○ |             | 14h-17h45   | Tournoi de belote (salle rdc)   |
| ○ | Vendredi 29 | 9h-12h      | <b>Sortie "SPA Calicéo"</b> : bain chaud, jacuzzi, sauna, hammam (nombre de places limité – Inscrivez-vous du 20/05 à 14h au 21/05 à 17h45 – Prévoir : 2 serviettes, maillots de bain et claquettes. Shorts de bains interdits) |





## Juin 2026

○	Lundi 1	9h45h-11h45	Atelier Mobilisation cognitive (salle n°2)
○	Mardi 2	9h30-11h30	Cours de guitare (salle n°2)
○		9h30-11h45	Initiation au billard par Jean-Marc & Luc (salle n°3)
○		15h-17h	Mémotonic (salle n°2)
○	Mercredi 3	14h-17h45	Loisirs d'aiguilles (salle n°2)
○	Jeudi 4	9h30-11h30	Club de bridge (salle n°3)
○	Vendredi 5	20h-2h du matin	<p>« <b>Fête de fin d'année de la MDS</b> »</p> <p>Plongez dans l'univers mythologique pour une soirée placée sous le signe des dieux et déesses. Une touche de blanc, dorée, un accessoire divin ou un déguisement complet suffiront pour entrer dans l'ambiance. Venez dîner et danser avec Rob pour célébrer cette fin d'année en beauté. Inscriptions du 05/05 à 9h au 06/05 à 12h</p>
			
○	Lundi 8	9h30-11h45	Atelier Mobilisation cognitive (salle n°2)
○	Mardi 9	9h30-11h30	Cours de guitare (salle n°2)
○		9h30-11h45	Initiation au billard par Jean-Marc & Luc (salle n°3)
○		14h-17h45	Loisirs d'aiguilles (salle rdc)
○	Mercredi 10	10h-11h30	Séance de sophrologie (salle n°3)
○		14h-17h45	Loisirs d'aiguilles (salle rdc)
○		14h-17h45	Jeux de cartes : Belote, Rami, Tarot (salle rdc)
○		14h-17h45	Fans de timbres (salle n°2)
○	Jeudi 11	7h30-18h45	<p><b>Sortie escapade dans le Loiret</b></p> <p>RDV Village : 7h30</p> <p>RDV Long rayage : 7h35</p> <p>Retour Lisses : 18h45</p>
○		9h30-11h30	Club de bridge (salle n°3)
○		14h-17h45	Tournoi de belote (salle rdc)






## Jun 2026 (suite)

- Vendredi 12 9h-13h
- 
- Inscriptions pour le dîner dansant des 20 ans de la MDS du vendredi 25 septembre à la salle Gérard Philippe - Thème : « Les Années 20 »**  
Rejoignez-nous pour célébrer les 20 ans de la MDS lors d'un dîner festif placé sous le charme des Années 20. Ambiance rétro, élégance et convivialité seront au rendez-vous pour cette soirée exceptionnelle qui vous réservera de belles surprises. Les inscriptions sont ouvertes, ne manquez pas ce moment unique. Fin des inscriptions le 15/06 à 17h45
- Lundi 15 9h45-11h45
- 13h30-17h
- Mardi 16 9h30-11h30
- 9h30-11h45
- 14h
- 15h-17h
- Mercredi 17 14h-17h45
- 14h-17h45
- 14h-17h45
- Jeudi 18 9h30-11h30
- 14h-17h45
- Lundi 22 14h30-16h
- Atelier Mobilisation cognitive (salle n°2)  
**Sortie Cinéma** - Inscrivez-vous du 8/06 à 14h au 9/06 à 17h45  
Cours de guitare (salle n°2)  
Initiation au billard par Jean-Marc & Luc (salle n°3)  
**« Ouverture de l'exposition des œuvres réalisées par les élèves du cours de dessin, peinture et aquarelle de Patricia à la MDS »** (salle rdc) - Fin de l'exposition le 22/06 à 17h45  
Mémotonic (salle n°2)  
Jeux de cartes : Belote, Rami, Tarot (salle rdc)  
Loisirs d'aiguilles (salle rdc)  
Club de lecture (salle n°2)  
Club de bridge (salle n°3)  
Tournoi de Belote (salle rdc)  
Naturopathie (salle rdc) - « Le magnésium, un minéral essentiel pourquoi ? » - Inscrivez-vous du 18/06 à 14h au 19/06 à 13h15





## Jun 2026 (suite)

- |   |             |            |   |
|---|-------------|------------|---|
| ○ | Mardi 23    | 9h30-11h   | Clôturons l'exposition autour d'un petit déjeuner !! (Salle rdc)<br>Inscrivez-vous du 01/06 à 14h au 02/06 à 17h45  |
| ○ |             | 9h30-11h30 | Cours de guitare (salle n°2)  |
| ○ |             | 9h30-11h45 | Initiation au billard par Jean-Marc & Luc (salle n°3)   |
| ○ |             | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle n°2)   |
| ○ | Mercredi 24 | 10h-11h30  | Séance de sophrologie (salle n°3)   |
| ○ |             | 14h-17h45  | Jeux de cartes : Belote, Rami, Tarot (salle rdc)  |
| ○ |             | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle rdc)   |
| ○ |             | 14h-17h45  | Fans de timbres (salle n°2)   |
| ○ | Jeudi 25    | 13h30-17h  | « <b>Sortie au moulin de Dannemois</b> , ancienne demeure de Claude François ». Visite guidée et commentée puis moment de convivialité au salon de thé.<br>Inscriptions du 19/05 à 14h au 20/05 à 17h45.<br><b><i>Le parcours de la visite est relativement difficile d'accès pour les personnes qui ont du mal à se déplacer, ou à marcher, en effet ce parcours emprunte deux escaliers en colimaçon et de nombreuses marches à l'intérieur comme à l'extérieur des bâtiments</i></b> |
|   |             |            |    |
| ○ |             | 14h-17h45  | Tournoi de Belote (salle rdc)   |
| ○ |             | 15h-17h30  | Mémotonic (salle n°2)   |
| ○ | Vendredi 26 | 13h        | <b>Fin des cours payants</b>  |
| ○ | Lundi 29    | 9h-16h     | <b>Sortie cueillette fruits et légumes à Torfou et pique-nique à Chamarande</b> - Inscrivez-vous du 18/06 à 14h au 19/06 à 13h15<br>*Sous réserve des conditions météorologiques  |
| ○ |             | 9h45-11h45 | Atelier de mobilisation cognitive (salle n°2)   |
| ○ | Mardi 30    | 9h30-11h30 | Cours de guitare (salle n°2)  |
| ○ |             | 9h30-11h45 | Initiation au billard par Jean-Marc & Luc (salle n°3)   |
| ○ |             | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle n°2)   |
| ○ |             | 14h30-17h  | Loto et goûter - Venez remporter un lot ! (Salle rdc) (4 parties)<br>Inscrivez-vous du 01/06 à 14h au 02/06 à 17h45   |




## Juillet 2026

- |   |            |            |  |
|---|------------|------------|--|
| ○ | Mercredi 1 | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle n°2)  |
| ○ |            | 14h-17h45  | Jeux de cartes : Belote, Rami, Tarot (salle rdc)   |
| ○ | Jeudi 2    | 9h-16h30   | 9h00 : <b>Olympiades intergénérationnelles avec l'école Jean-Baptiste Corot</b><br>15h15 : Place à la danse<br>Les enfants seront âgés de 3 à 6 ans<br>Possibilité de rester déjeuner sur place - Inscrivez-vous du 01/06 à 14h au 02/06 à 17h45           |
| ○ |            | 14h-17h45  | Tournoi de Belote (salle rdc)  |
| ○ | Vendredi 3 | 9h-12h     | <b>Cueillette à Servigny de fruits et légumes</b><br>Inscrivez-vous du 18/06 à 14h au 19/06 à 13h15<br>*Sous réserve des conditions météorologiques  |
| ○ | Lundi 6    | 10h-11h    | Cours de renforcement musculaire avec Ludivine (salle n°3) - Inscrivez-vous du 03/06 à 14h au 04/06 à 17h45  |
| ○ | Mardi 7    | 9h30-11h30 | Cours de guitare (salle n°2)   |
| ○ |            | 9h30-11h45 | Initiation au billard par Jean-Marc & Luc (salle n°3)  |
| ○ |            | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle n°2)  |
| ○ |            | 14h30-17h  | Loto et goûter - Venez remporter un lot ! (Salle rdc) (4 parties)<br>Inscrivez-vous du 18/06 à 14h au 19/06 à 17h45  |
| ○ | Mercredi 8 | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle rdc)  |
| ○ |            | 14h-17h45  | Jeux de cartes : Belote, Rami, Tarot (salle rdc)   |
| ○ |            | 14h-17h45  | Fans de timbres (salle n°2)  |
| ○ |            | 14h30-16h  | <b>Visite guidée de l'Église de Lisses avec Martine</b><br>Inscrivez-vous du 02/07 à 14h au 03/07 à 13h15  |
| ○ | Jeudi 9    | 10h30-17h  | <b>Sortie au port aux cerises - Pique-nique</b> et activités à la carte pour profiter des activités (minigolf, accrobranches activité nautiques, poney etc.) - Inscrivez-vous du 02/07 à 14h au 03/07 à 13h15 *Sous réserve des conditions météorologiques |
| ○ |            | 14h-17h45  | Tournoi de Belote (salle rdc)  |





## Juillet 2026 (suite)

- |   |  |            |  |
|---|--|------------|--|
| ○ | Vendredi 10  | 10h-11h    | Cours de renforcement musculaire avec Ludivine (salle n°3) - Inscrivez-vous du 03/06 à 14h au 04/06 à 17h45  |
| ○ | Lundi 13   | 10h-11h    | Cours de renforcement musculaire avec Ludivine (salle n°3) - Inscrivez-vous du 03/06 à 14h au 04/06 à 17h45  |
| ○ | Mercredi 15  | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle n°2)  |
| ○ |  | 14h-17h45  | Jeux de cartes : Belote, Rami, Tarot (salle rdc)   |
| ○ | Jeudi 16   | 14h-17h45  | Tournoi de belote (salle rdc)  |
| ○ |  | 14h30-16h  | <b>Atelier céramique</b><br>Atelier décoration céramique, le support est au choix, vase ou tasse. Un moment créatif pour façonner votre pièce unique. » - Inscrivez-vous du 10/06 à 14h au 11/06 à 17h45   |
|   |  |            |  |
| ○ | Vendredi 17  | 10h-11h    | Cours de renforcement musculaire avec Ludivine (salle n°3) - Inscrivez-vous du 03/06 à 14h au 04/06 à 17h45  |
| ○ | Lundi 20   | 10h-11h    | Cours de renforcement musculaire avec Ludivine (salle n°3) - Inscrivez-vous du 02/07 à 14h au 03/07 à 13h15  |
| ○ | Mardi 21   | 9h30-11h30 | Cours de guitare (salle n°2)   |
| ○ |  | 9h30-11h45 | Initiation au billard par Jean-Marc & Luc (salle n°3)  |
| ○ |  | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle rdc)  |
| ○ |  | 14h30-17h  | <b>Pétanques au boulodrome de Lisses</b> - Rendez-vous sur place<br>Inscrivez-vous du 02/07 à 14h au 03/07 à 13h15   |
| ○ | Mercredi 22  | 13h30-17h  | <b>Sortie bowling</b> (2 parties) au Speed Park de Brétigny - Inscrivez-vous du 02/07 à 14h au 03/07 à 13h15   |
| ○ |  | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle n°2)  |
| ○ |  | 14h-17h45  | Jeux de cartes : Belote, Rami, Tarot (salle rdc)   |
| ○ | Jeudi 23   | 12h-17h    | <b>Combiné Déjeuner Plancha et Tournoi</b><br>Partagez un moment convivial autour d'un déjeuner plancha, suivi d'un après-midi ludique et sportif. Au programme : baby-foot, billard et ping-pong - Inscrivez-vous du 06/07 à 14h au 07/07 à 17h45 |





## Juillet 2026 (suite)

- |   |             |            |   |
|---|-------------|------------|---|
| ○ | Vendredi 24 | 10h-11h    | Cours de renforcement musculaire avec Ludivine (salle n°3) - Inscrivez-vous du 02/07 à 14h au 03/07 à 13h15         |
| ○ | Lundi 27    | 10h-11h    | Cours de renforcement musculaire avec Ludivine (salle n°3) - Inscrivez-vous du 02/07 à 14h au 03/07 à 13h15         |
| ○ | Mardi 28    | 9h30-11h30 | Cours de guitare (salle n°2)  |
| ○ |             | 9h30-11h45 | Initiation au billard par Jean-Marc & Luc (salle n°3)   |
| ○ |             | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle n°2)   |
| ○ |             | 14h30-17h  | Loto et goûter - Venez remporter un lot ! (Salle rdc) (4 parties)<br>Inscrivez-vous du 06/07 à 14h au 07/07 à 17h45 |
| ○ |             | 15h-17h30  | Mémotonic (salle n°2)   |
| ○ | Mercredi 29 | 14h-17h45  | Loisirs d'aiguilles (salle rdc)   |
| ○ |             | 14h-17h45  | Jeux de cartes : Belote, Rami, Tarot (salle rdc)  |
| ○ |             | 14h-17h45  | Fan de timbres (salle n°2)  |
| ○ | Jeudi 30    | 13h30-17h  | Sortie cinéma – Inscrivez-vous du 22/07 à 14h au 23/07 à 17h45  |
| ○ |             | 14h-17h45  | Tournoi de belote (salle rdc)   |
| ○ | Vendredi 31 | 10h-11h    | Cours de renforcement musculaire avec Ludivine (salle n°3) - Inscrivez-vous du 02/07 à 14h au 03/07 à 13h15         |

**Fermeture de la Maison des Seniors du 03 au 21 août**

bonnes  
**VACANCES!**