



Animations pour les 55 ans *et plus*

Saison 2025 / 26



Édito.

C'est avec un réel plaisir que je vous présente le catalogue de la 18ème saison de la Maison de Vie, devenue au fil des années un véritable pilier du lien social, de l'épanouissement personnel et du bien-être dans notre commune.

Preuve de son dynamisme et de l'engouement qu'elle continue de susciter, vous avez été plus de 750 participants à vous inscrire aux 45 activités proposées lors de la dernière saison !

Ce bel élan repose sur l'implication remarquable de 70 animateurs bénévoles, pour la plupart retraités, dont la passion et le dévouement permettent de faire vivre, année après année, cette belle aventure humaine. Par leur engagement, ils incarnent les valeurs de convivialité, de partage et de solidarité que porte la Maison de Vie. Je tiens ici à leur adresser mes plus sincères remerciements.

Cette nouvelle programmation, riche et variée, reflète la diversité des passions, des talents et des envies qui animent toutes celles et ceux qui font vivre notre commune.

Je vous souhaite à toutes et tous une excellente saison au sein de la Maison de Vie !

Rachel BAECHEL
Maire de Rixheim

La Maison de Vie en pratique

Inscriptions à la Mairie de Rixheim : Du lundi au vendredi de 9 h à 11 h 30

- Du 1^{er} juillet au 22 août : Exclusivement pour le renouvellement des inscriptions des anciens membres.
- Du 1^{er} au 30 septembre : Nouvelles inscriptions des Rixheimois (selon les conditions du catalogue)
- À partir du 1^{er} octobre : Nouvelles inscriptions des non Rixheimois (en fonction des places disponibles et selon les conditions du catalogue)
- Retrouvez le programme de la saison 2025-2026 et toute notre actualité sur : rixheim.fr rubrique Maison de Vie. Vous y trouverez également le bulletin d'inscription ainsi que le modèle de certificat médical à imprimer.
- Pour certaines activités, une séance d'essai est offerte (voir avec la coordinatrice).
- Aucun remboursement ne sera possible après inscription définitive (sauf si une activité est annulée).

Adresses des lieux d'activités :

- Règlement par carte bleue, espèces ou chèque libellé à l'ordre de la Ville de Rixheim.
 - Un certificat médical datant de moins de 3 ans est obligatoire au moment de l'inscription à toute activité physique.
- ### La tarification
- La cotisation obligatoire et annuelle à la Maison de Vie est de 10 €
 - Tarif MdV : pour les personnes de 55 ans et plus retraitées, habitant Rixheim.
 - Tarif plein : pour les personnes de 55 ans et plus retraitées, n'habitant pas Rixheim.
 - ½ Tarif : tarif des activités si l'inscription intervient à compter du 1er mars 2026 (hors activités par sessions ou saisonnières).
 - Pas de ½ tarif pour les activités des associations membres.
- ACPE : 13 rue des Peupliers, quartier Entremont
 - ASER Tennis :
2 rue Albert Schweitzer
 - Cité des sports :
rue Vaclav Havel
 - Collège Capitaine Dreyfus :
10 rue du temple
 - EHPAD Saint Sébastien :
entrée rue des Prés
 - Maison des Associations :
Allée du Chemin Vert
 - Salle du Cercle :
26 rue du Général Leclerc
 - Salle du Trèfle :
Allée du Chemin Vert
 - Résidence Les Glycines :
17 rue du Général Leclerc

Niveaux des activités sportives

Certaines activités de marche ou de randonnée nécessitent un niveau, en voici les légendes :

Niveau Facile (1 basket)

Pour les sportifs du dimanche, mais sportifs quand même

Condition physique : convenable (un peu de sport pour se maintenir en forme !)

Niveau Modéré (2 baskets)



Pour les sportifs intermédiaires

Condition physique : bonne (bien dans mon corps, bien dans ma tête !)

Niveau Sportif (3 baskets)



Pour les sportifs aguerris

Condition physique : très bonne

Vélo de loisir :

Casque obligatoire
Cuissard recommandé

LES LUNDIS

9h à 10h

Gym en forme

Salle du Cercle

Tarifs : MdV : 25 € plein : 35 €

9h à 11h

Pot' âgé

(de mai à septembre)

à l'EHPAD St Sébastien

Tarifs : MdV : 40 € plein : 50 €

9h à 11h30

Marche

nordique

Parking des Étangs

Tarifs : MdV : 18 € plein : 28 €

8h30 à 18h

Ski alpin

(de novembre à mars)

Parking Cité des sports

Tarifs : MdV : 43 € plein : 53 €

9h30 à 11h30

Jeux de société

Maison des Associations

Tarifs : MdV : 15 € plein : 25 €

LES MARDIS

14h à 17h

Broderie

(association membre)

à l'ACPE

Tarifs: MdV: 30 €

14h à 16h

Gym des neurones

tous les 15 jours

Résidence autonomie Les Glycines

Tarifs: MdV: 15 € plein: 25 €

14h à 16h30

Pastels secs et dessin

Maison des associations

Tarifs: MdV: 41 € plein: 51 €

15h45 à 16h45

Gym douce

(Association membre

« Gym volontaire »)

Salle du Cercle

Tarifs: MdV: 76 €
(licence comprise)

9h à 11h30

Balade nordique



Parking des Étangs

Tarifs: MdV: 18 € plein: 28 €

9h à 11h30

Marche nordique



Parking des Étangs

Tarifs: MdV: 18 € plein: 28 €

9h à 12h

Marche balade



Parking de la Jumenterie

Tarifs: MdV: 43 € plein: 53 €

9h à 12h

Randonnée pedestre



Parking de la Jumenterie

Tarifs: MdV: 43 € plein: 53 €

8h45 à 10h15

Anglais 2^{ème} année

Maison des Associations

Tarifs: MdV: 42 € plein: 52 €

LES MARDIS

10h15 à 11h45

Anglais intermédiaire 1

Maison des Associations

Tarifs: MdV: 42 € plein: 52 €

10h à 11h

Méditation guidée à l'ACPE

Tarifs: MdV: 25 € plein: 35 €

10h à 11h30

Tennis de loisir

(Association membre

« ASER tennis »)

10 séances encadrées par un
animateur

Tarifs: MdV: 50 € (+ licence)

14h à 17h

Tennis de table

Cité des sports

Tarifs: MdV: 25 € plein: 35 €

13h45 à 16h30

Tarot / belote

Maison des Associations

Tarifs: MdV: 15 € plein: 25 €



14h30 à 17h

Petite balade du mardi



Parking Jumenterie

Tarifs: MdV: 43 € plein: 53 €

15h à 16h

Gym douce

(Association membre « Gym
volontaire »)

Salle du Cercle

Tarifs: MdV: 76 € (licence
comprise)

14h30 à 16h15

Country avancés et intermédiaires

Les Dakota Dancers

À l'ACPE

Tarifs: MdV: 25 € plein: 35 €

16h30 à 18h

Country débutants et novices

Les Dakota Dancers

À l'ACPE

Tarifs: MdV: 25 € plein: 35 €

Le Bridge

Initiation (10 séances) du
mardi 16 septembre 2025 à
fin janvier 2026 de 15h30 à
17h30

Tournois, à partir de février
2026, le lundi de 13h30 à 17h

À l'ACPE

Tarifs: MdV: 20 €
(licence comprise)

18h30 à 20h

1-2-3 Dansons

tous les 15 jours

Salle du Trèfle

Tarifs: MdV: 25 € plein: 35 €

LES MERCREDIS

8h30 à 10h

Tai Chi débutants

Salle du Cercle

Momentanément suspendu

10h à 11h30

Tai Chi confirmés

Salle du Cercle

Momentanément suspendu

9h à 11h30

Marche nordique



Parking des Étangs

Tarifs : MdV : 18 € plein : 28 €

9h30 à 11h30

Promenade du mercredi

Parking Jumenterie

Tarifs : MdV : 43 € plein : 53 €

14h30 à 17h

Balade tranquille

Parking Jumenterie

Tarifs : MdV : 43 € plein : 53 €



LES JEUDIS

8h30 à 17h

Rando raquettes

Parking Cité des sports

Tarifs: MdV: 43€ plein: 53€

9h à 11h30

Vélo de loisir

(d'avril à septembre)

Parking de la Sundgauvia

Tarifs: MdV: 15€ plein: 25€

9h à 11h

Le Pot âgé

(de mai à septembre)

À l'EHPAD Saint Sébastien

Tarifs: MdV: 40€ plein: 50€

9h à 11h30

Balade nordique



Parking des Étangs

Tarifs: MdV: 18€ plein: 28€

9h à 11h30

Marche nordique



Parking des Étangs

Tarifs: MdV: 18€ plein: 28€

10h à 11h30

Anglais débutant

Collège Capitaine Dreyfus

Tarifs: MdV: 42€ plein: 52€

14h à 16h30

Scrabble

Maison des Associations

Tarifs: MdV: 15€ plein: 25€

Tous les deux mois

Excursions à la journée

Tarifs: MdV/plein: variable
selon la sortie

LES VENDREDIS

14h à 16h30

Sjoelbak ou billard hollandais

Maison des associations

Tarifs: MdV: 15 € plein: 25 €

13h45 à 17h

Tarot de loisir

À l'ACPE

Tarifs: MdV: 15 € plein: 25 €

14h à 15h30

Self défense

(Association membre « Cercle de judo »)

Cité des sports

Tarifs: MdV: 63 € (+ licence)

15h15 à 18h

Tennis de table

Cité des sports

Tarifs: MdV: 25 € plein: 35 €



L'ATELIER BOULANGERIE - PÂTISSERIE

À l'ACPE

Apfel Strudel

lundi 13 octobre de 14h à 17h

et mardi 14 octobre 2025 de 9h à 12h

Tarifs: MdV: 15 € plein: 20 €

Bûche de Noël

vendredi 12 décembre 2025

de 8h à 12h et de 14h à 18h

Tarifs: MdV: 15 € plein: 20 €

Friands et petits salés

lundi 2 février de 14h à 17h

et le mardi 3 février 2026 de 9h à 12h

Tarifs: MDV: 15 € plein: 20 €

Mille-feuille

lundi 4 mai de 14h à 17h

et le mardi 5 mai 2026 de 9h à 12h

Tarifs: MdV: 15 € plein: 20 €

Les ingrédients sont compris dans le prix

Inscriptions au moins 15 jours avant chaque date

Les activités :

Culturelles

Les activités culturelles représentent un panel d'animations comme les excursions, l'apprentissage d'une langue par exemple. Ces activités ont en commun l'enrichissement de ses connaissances.

Loisirs

Elles permettent de se divertir, de découvrir de nouvelles pratiques à travers des jeux de société ou encore les arts manuels par exemple. Ce sont des moments d'échange, de partage stimulant la mémoire, la concentration ou encore la dextérité. C'est l'opportunité de passer un moment agréable, convivial et de tisser des liens.

Sportives

Les activités sportives vous offrent la possibilité de vous maintenir en forme en entretenant vos capacités physiques, de développer et d'améliorer votre souplesse, de conserver votre équilibre et une bonne coordination de mouvement.

Bien-être

Les activités de bien-être sont des animations dirigées vers le mieux-vivre de la personne. Le tai-chi, la méditation vous donnent la possibilité de diminuer le stress et les tensions.

Plus d'infos :



Service culturel/
évènementiel/animations

03 89 64 59 25

maisondevie@rixheim.fr

Mairie de Rixheim / Maison de Vie
28, rue Zuber - B.P.7
68171 Rixheim Cedex

[www.rixheim.fr/vie-pratique/
les-seniors/la-maison-de-vie/](http://www.rixheim.fr/vie-pratique/les-seniors/la-maison-de-vie/)



Mise en page : Ville de Rixheim - 7/2025
Crédit photos :
123RF.com, Freepik, Phovoir



VILLE DE RIXHEIM / WWW.RIXHEIM.FR

