Strasbourg.eu
eurométropole

EN ROUTE VERS LE LABEL AMI des AÎNÉS



LES RENDEZ-VOUS DES SENIORS

2026-2027

STRASBOURG
LA DOUCEUR DE VILLE



Vous trouverez ci-après les dates, lieux et horaires à retenir pour quelques manifestations annuelles de cette saison organisées pour le public senior.
Les modalités d'inscription et d'organisation dépendent de chaque organisateur dont vous trouverez chaque fois les coordonnées.

VEILLE SENIORS ET HANDICAP ANNUELLE ET CANICULE

Vous avez + de 65 ans ou vous êtes en situation de handicap ?
Vous vous sentez seul.e et vous habitez Strasbourg ?
Inscrivez-vous dans ce dispositif de veille annuelle en appelant :

La Ligne info Seniors et Handicap
03 68 98 51 15
Du lundi au vendredi de 09h à 17h

LES THÉS DANSANTS OFFERTS PAR LA VILLE

CENTRE CULTUREL MARCEL MARCEAU

5 Place Albert Schweitzer

LES MARDIS À 14H
SAUF CELUI DE NOËL

Ouverture des portes dès 13h30

- 08 septembre 2026
- 03 novembre 2026
- **Jeudi 17 décembre 2026**
- 19 janvier 2027
- 16 mars 2027
- 11 mai 2027

Accès :

TRAM C :

Arrêt Lycée Jean Monnet

BUS 31 :

Arrêt Jean Jaurès



Coordonnées et renseignements :

Ligne info Seniors et Handicap :

03 68 98 51 15

DANSEZ DANS LES CENTRES SOCIO-CULTURELS

MERCI DE VÉRIFIER LE MAINTIEN DES THÉS DANSANTS AVANT DE VOUS DÉPLACER

CENTRE SOCIO CULTUREL L' ESCALE

78 rue du Docteur François

LES DIMANCHES
DE 11H30 À 17H00
25€ AVEC LE DÉJEUNER

- 11 octobre 2026
- 10 janvier 2027

Accès :

TRAM E :
Arrêt Robertsau l'Escale

Téléphone : 03 88 31 45 00

CENTRE SOCIO CULTUREL VICTOR SCHOELCHER

56 rue du Rieth

LES MERCREDIS DE 14H À 18H
DÉJEUNER SUR RÉSERVATION

- 07 octobre 2026
- 18 novembre 2026
- 09 décembre 2026
- 06 janvier 2027
- 10 février 2027
- 10 mars 2027
- 07 avril 2027
- 12 mai 2027
- 16 juin 2027

Accès :

TRAM A / D :
Arrêt Rotonde
puis BUS G :
Espace Européen de l'Entreprise
Arrêt Rieth

Téléphone :
03 88 77 76 75



CENTRE SOCIO CULTUREL DE LA MEINAU

1 rue de Bourgogne

LES DIMANCHES
DE 14H À 18H30

- 08 novembre 2026
- 10 janvier 2027
- 14 mars 2027
- 23 mai 2027

Accès :

TRAM E :

Arrêt Emile Mathis

Téléphone : 03 88 39 49 58

CENTRE SOCIO CULTUREL LE GALET

4 avenue Tolstoï

LES MARDIS
DE 14H À 17H30
SUR RÉSERVATION

- 29 septembre 2026
- 24 novembre 2026
- 16 février 2027
- 13 avril 2027
- 25 mai 2027

Accès :

TRAM A :

Arrêt Le Galet

Téléphone : 03 88 26 19 20

REPAS CONVIVIAUX

LES LUNDIS

- 05 octobre 2026
- 1er février 2027
- 12 avril 2027

CSC de la Meinau
1 rue de Bourgogne
03 88 39 49 58

LE MERCREDI

23 septembre 2026

CSC Victor Schoelcher
56 rue du Rieth
03 88 77 76 75





LES ANIMATIONS DE NOËL 2026

AU THÉÂTRE ALSACIEN DE STRASBOURG

Opéra du Rhin, Place Broglie

5 Représentations du spectacle de Noël vous sont offertes par la Ville de Strasbourg aux dates suivantes :

- Mercredi 23 décembre à 20h00
- Samedi 26 décembre à 16h00
- Dimanche 27 décembre à 15h00
- Lundi 28 décembre à 20h00
- Mardi 29 décembre à 20h00

Accès :

TRAM B / C / F : Arrêt Broglie

Les invitations seront disponibles à l'accueil du Centre Administratif, parc de l'Etoile, au courant du mois de décembre. Elles vous permettront de retirer vos billets à la caisse de l'opéra. Vous en serez informés par la presse.

DES FÊTES DE NOËL

Dans les quartiers de la ville

Des artistes pour vous accueillir dans certaines des fêtes de Noël seniors organisées par les associations de quelques quartiers.
Si vous êtes intéressé·e, prenez contact avec la structure organisatrice

DATES	QUARTIERS	STRUCTURES ACCUEILLANTES
Samedi 28 et dimanche 29 novembre	Montagne verte	Initiatives Montagne Verte **03 92 01 44 19**
Samedi 05 décembre	Neuhof	Espace CSC Neuhof, Ziegelwasser **03 88 39 09 00** ou **contact@cscneuhof.eu**
Mardi 08 décembre	Hautepierre	Le Galet Manon Gasser **07 82 76 01 09**
Samedi 12 décembre	Gare Laiterie Centre Ville	CSC Fossé des 13 - **03 88 14 36 40**
Lundi 14 décembre	Meinau	CSC Meinau - **03 88 39 49 58**
Mardi 15 décembre	Roberstau	CSC l'Escale - **03 88 31 45 00**
Jeudi 17 décembre	Neudorf	Thé dansant de Noël Centre culturel Marcel Marceau, Christine danse : **06 80 10 66 35**
Vendredi 18 décembre	Cronenbourg	CSC Victor Schoelcher - **03 88 77 76 75**
Samedi 19 décembre	Neuhof Stockfeld	AEP Kammerhof - **06 75 47 23 50** **Association d'Éducation Populaire**

LES RENDEZ-VOUS DES AIDANTS

Maison Sport Santé,
10A boulevard de la Victoire

Accès :

TRAM C / E / F - BUS 10 et 30 : Arrêt Gallia

Renseignements :

Ligne info Seniors et Handicap : **03 68 98 51 15**

Un café des aidants sur des thématiques répondant aux préoccupations quotidiennes des proches aidants, sans inscription préalable, les jeudis à 14h30 ou à 18h.

CAFÉ DES AIDANTS

- 03 et 17 septembre 2026
- 1er et 15 octobre 2026
- 05 et 19 novembre 2026
- 03 et 17 décembre 2026
- 07 et 21 janvier 2027
- 04 et 18 février 2027
- 11 et 25 mars 2027
- 1er et 15 avril 2027
- 13 et 27 mai 2027
- 03 et 17 juin 2027
- 1er juillet 2027



Des ateliers pour prendre soin de vous : sport, sophrologie et art-thérapie.

ATELIERS POUR PRENDRE SOIN DE VOUS

2026

- 03/17 septembre - 16h30/17h30 - ATELIERS SPORT
- 29 septembre - 14h/16h - ATELIER SOPHROLOGIE
- 01/15 octobre - 16h30/17h30 - ATELIERS SPORT
- 29 octobre - 14h/16h - ATELIER SOPHROLOGIE
- 05/19 novembre - 16h30/17h30 - ATELIERS SPORT
- 12 novembre - 14h/16h - ATELIER SOPHROLOGIE
- 03/17 décembre - 16h30/17h30 - ATELIERS SPORT

2027

- 07/21janvier - 16h30/17h30 - ATELIERS SPORT
- 12 janvier - 14h/16h - ATELIER ART-THÉRAPIE
- 28 janvier - 14h/16h - ATELIER SOPHROLOGIE
- 04/18 février - 16h30/17h30 - ATELIERS SPORT
- 09 février - 14h/16h - ATELIER ART-THÉRAPIE
- 11/25 mars - 16h30/17h30 - ATELIERS SPORT
- 16 mars - 14h/16h - ATELIER ART-THÉRAPIE
- 1er/15 avril - 16h30/17h30 - ATELIERS SPORT
- 06 avril - 14h/16h - ATELIER ART-THÉRAPIE
- 13/27 mai - 16h30/17h30 - ATELIERS SPORT
- 18 mai - 14h/16h - ATELIER ART-THÉRAPIE
- 03/17 juin - 16h30/17h30 - ATELIERS SPORT
- 10 juin - 14h/16h - ATELIER SOPHROLOGIE
- 22 juin - 14h/16h - ATELIER ART-THÉRAPIE
- 08 juillet - 14h/16h - ATELIER SOPHROLOGIE

Renseignements, horaires et inscriptions gratuites nécessaires pour les ateliers :
inscription@mfge.fr ou 06 49 85 62 31

LES ATELIERS SANTÉ GRATUITS DE LA MAISON SPORT SANTÉ

Maison Sport Santé,
10A boulevard de la Victoire

▪ ACTIVITE PHYSIQUE

Renforcement musculaire, cardio, prévention des chutes, équilibre et coordination, le tout en toute sécurité et dans une ambiance conviviale.

Rendez-vous tous les lundis de 14h à 15h.

1 Cycle de 6 séances gratuites.

▪ ALIMENTATION

Cuisinons ensemble

Après 60 ans, bien manger peut aider à préserver sa mémoire, sa masse musculaire et sa vitalité toute entière. Cet atelier vous propose de comprendre ces nouveaux besoins nutritionnels, de les mettre en application avec des recettes simples et avec toujours comme maître mot : le plaisir.

CUISINONS ENSEMBLE
DE 14H À 16H30

- Mardi 08 septembre 2026
- Mardi 14 septembre 2026
- Lundi 06 Octobre 2026
- Lundi 12 Octobre 2026
- Lundi 09 novembre 2026
- Mardi 24 Novembre 2026
- Mardi 01 Décembre 2026
- Lundi 07 Décembre 2026

▪ BIEN-ETRE ET ESTIME DE SOI

Motivation, échangeons ensemble

Cet atelier a pour objectif de mobiliser la motivation primaire, se redécouvrir et explorer de nouveaux horizons de vitalité.

MOTIVATION, ÉCHANGEONS ENSEMBLE DE 14H À 15H30

- Jeudi 03 septembre 2026
- Lundi 12 octobre 2026
- Lundi 23 novembre 2026
- Jeudi 10 décembre 2026

▪ SANTÉ

Bien dormir après 60 ans

Le sommeil évolue avec l'âge et peut devenir plus léger ou entrecoupé. Échanges et moments de détente pour retrouver un sommeil paisible et réparateur.

BIEN DORMIR APRÈS 60 ANS DE 14H À 15H30

- Lundi 05 octobre 2026
- Lundi 02 novembre 2026
- Lundi 07 décembre 2026

Prendre soin de sa santé

Après 60 ans quels sont les bons gestes et réflexes à adopter ? Testez vos connaissances en matière de prévention (dépistage, vaccins, suivi médical).

PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ DE 14H À 15H30

- Lundi 21 septembre 2026
- Lundi 19 octobre 2026
- Lundi 16 novembre 2026
- Lundi 14 décembre 2026

Inscriptions et renseignements Maison Sport Santé :

03 68 98 61 92 ou contact@maisonsportsantestrasbourg.fr

LE CHÈQUE EMPLOI SERVICE UNIVERSEL

Des rencontres ont lieu toute l'année en présentiel et en visioconférence les mardis de 14h30 à 16h00.

Thème :
Amorcer une relation de travail en toute simplicité avec le CESU

- Mardi 29 septembre 2026
- Mardi 08 décembre 2026

Bâtiment de la Place de la Bourse – salle 412

1 Place du Maréchal de Lattre de Tassigny
67000 STRASBOURG

Renseignements :

Ligne info Seniors et Handicap : **03 68 98 51 15**



UNE JOURNÉE DE DÉCOUVERTE ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES

Parc de l'Orangerie pavillon Joséphine

Ateliers d'activités physiques adaptées, ateliers nutrition, informations, repas, spectacle.

MAI 2027
DE 09H À 17H

Accès :
.....
BUS L6 : Arrêt Orangerie

En partenariat avec l'Université de Strasbourg, DEUST seniors
deust.senior-strasbourg@outlook.fr

JE PRÉPARE MON AVENIR AVEC LES ATELIERS « BIENVENUE À LA RETRAITE »

*Ces ateliers **gratuits et sur inscription** sont ouverts aux futurs retraités à 2 ans de la retraite et aux jeunes retraités à la retraite depuis moins de 2 ans.*

SESSIONS DE 2 JOURS OBLIGATOIRES

- Vendredi 25 et samedi 26 septembre 2026

Médiathèque du Neudorf
.....
32 rue de Rathsamhausen
67100 STRASBOURG

Renseignements et inscription :
Par mail : aymeric@jubiliz.fr
Par téléphone : 07 61 22 45 93

LES ATELIERS « AVANCER EN ÂGE, ET PENSER SON HABITAT DE DEMAIN »

Accompagnement à la réflexion sur votre lieu de vie futur,
pour les seniors de plus de 60 ans.

Café-échange et présentation des ateliers, ***sans inscription et gratuit.***
Sessions de 3 jours non consécutifs obligatoires, ***15 euros/personne pour les 3 jours, repas inclus. Inscription obligatoire.***



- **CAFÉ-ÉCHANGE**

Le mardi 29 septembre de 15h à 17h - Entrée libre
Espace Klebsau - 8 rue Georges Epstein

- **ATELIER**

Le vendredi 06 novemebre de 9h30 à 16h30 - Sur inscription
Tiers lieu Le Pixel - 1 rue des Canonniers
Autres dates à définir

Renseignements :
Par mail : cecile@rehabiter.eu ou par téléphone : 06 89 75 52 74

LES ATELIERS « MIEUX VIVRE SON LOGEMENT »

Toutes les informations dont vous avez besoin concernant l'adaptabilité de votre logement :

- *Maintien de l'autonomie et sécurité à domicile*
- *Adaptation du logement et aides techniques*
- *Les aides financières mobilisables et la domotique*



- Mardis 06 et 13 octobre 2026 de 14h30 à 17h00
  Salle des Commissions A – Centre administratif
- Mardi 20 octobre 2026 de 14h30 à 17h00
  CEP CICAT – 2 rue Évariste Galois 67201 ECKBOLSHEIM

Inscription et renseignements :
www.atoutagealsace.fr ou par téléphone : 03 89 20 79 43

SENIORS EN VACANCES

Des courts séjours pour permettre de vous évader et prendre soin de vous :

- **À GÉRARDMER DU LUNDI 19 OCTOBRE AU VENDREDI 23 OCTOBRE 2026**
- **À MITTELWIHR DU MARDI 22 DÉCEMBRE AU SAMEDI 26 DÉCEMBRE 2026**

Renseignements :

Par téléphone : 03 88 24 03 09 ou agence@terredest.fr

Nous adressons un grand MERCI aux membres du groupe de la Participation Citoyenne pour avoir accepté de figurer dans ce livret







Conception et impression
Strasbourg Eurométropole

Ville et Eurométropole
1 parc de l'étoile
67076 Strasbourg Cedex - France
Courriel : **soutienalautonomie@strasbourg.eu**
Site internet : www.strasbourg.eu