

La Commission seniors de la Commune de Sâles vous propose



Matinée informatique

Vous avez des questions en lien avec l'informatique (sur votre smartphone, votre tablette ou votre ordinateur) et vous souhaitez recevoir un soutien. La Commission seniors accompagnée de membres de la Jeunesse de Maules seront là pour vous aider.

◇ Samedi 26.10.2024 de 9h00 à 10h30 à la Buvette du Foot à Sâles

Programme 2024

Participez aux activités proposées par le foyer Saintt- Joseph

Jeux de cartes

◇ Tous les lundis à 14h30

Messe chantée à la Chapelle

◇ Tous les mardis à 10h00

Loto de 5 séries

◇ Tous les 2^{èmes} mercredis du mois à 14h30

◇ CHF 3.-/ carton

Gym douce

◇ Tous les jeudis à 10h00



Cafés récits



« Dans le temps », existaient des veillées, dont nous parlaient nos grands-mères. On y partageait des souvenirs, on discutait, on se disait à travers des anecdotes. Des temps de « café récits » en quelque sorte.

Le principe est très simple : l'animatrice lance un thème, fixe le cadre et les consignes et les participants s'expriment, les histoires de vie occupant le premier rôle. Connus sous le nom de « Erzählcafés » en Suisse alémanique depuis 2016, le café récits est un temps convivial d'écoute, de parole, d'échanges.

◇ Lundi 07.10.2024

◇ Mercredi 04.12.2024

A 14h00, à la Scierie de Maules

Sur inscription auprès de l'administration
communale

(nombre de places limité à 10 participants)

Animés par Françoise Ruffieux

La Commission seniors de la Commune de Sâles vous propose

Programme 2024

Café, Rencontre et Partage

Une causerie conviviale autour d'un café et d'une petite douceur...

◇ Jeudi 07.11.2024 de 14h00 à 16h30

◇ A la Scierie de Maules



Marches

Balade adaptée au rythme des personnes présentes d'une durée de 1h à 1h30.

◇ Jeudi 05.09.2024

◇ Mercredi 09.10.2024

◇ Vendredi 15.11.2024

Lieu de rendez-vous

◇ A 9h30 sur la place de la Couronne à Sâles

Possibilité de se restaurer au Restaurant de la Couronne à l'issue de la marche (à charge des participants). Inscription auprès de l'administration communale.

Infos Utiles

- L'administration communale se tient à disposition en cas de besoin et/ou questions
026 917 83 50 – commune@sales.ch
- Nous organiserons pour vous un moyen de transport si vous n'êtes pas véhiculés.
- Pensez au covoiturage !
- Si aucune précision n'est donnée, l'activité est proposée gratuitement et sans inscription



La Commission Seniors

FRANÇOISE, FLORENCE, ISABELLE, MARIE-JOSÉ, MAX, SYLVIE