

Monthey

Avenue du Simplon 24b

Sion

Rue de Lausanne 69

024 471 40 18
animation@avep-vs.ch
www.avep-vs.ch



Merci de prévoir CHF 4.-
pour les déplacements en
minibus lors des sorties
ainsi qu'un pique-nique



Retrouvez toutes les
informations pratiques
sur notre site web

Août 2024

Jeudi 01.08.2024	-	Journée entière	Férié - Fête nationale
Vendredi 02.08.2024	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil de 9h à 12h et de 13h45 à 17h
Lundi 05.08.2024	Monthey	09:00	Marche : Lac Lioson
Mardi 06.08.2024	Monthey	14:00 – 16:00	Initiation à la méditation et au yoga – sur inscription Accueil à 14h au Centre Métamorphose, Pl. Hôtel-de-Ville 1A. Prendre un linge. Part. CHF 5.-
Mercredi 07.08.2024	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	13:30 – 16:30	Après-midi jeux de société au bar à jeux HENIGMA Boisson + CHF 2.50.- en supplément à la charge de chacun
Jeudi 08.08.2024	Sion	10:00 – 14:00	Repas-partage : cuisine portugaise – sur inscription Part. CHF 7.-
Vendredi 09.08.2024	Monthey	Journée entière	L'Avep sera exceptionnellement fermée
Lundi 12.08.2024	-	09:00	Marche autogérée : Bisse de Salins Avec Isabelle. Départ Avep Monthey 9h00 - Martigny (Cristal) 9h30 - Sion (gare) 10h00
Mardi 13.08.2024	Monthey	13:00 – 17:00	Après-midi à la piscine de Monthey Part CHF 4.-
Mercredi 14.08.2024	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	13:30 – 16:30	Visite du Lac souterrain de Saint-Léonard Rdv à 13h30 à l'Avep ou à 14h sur place. Part. CHF 6.-
Jeudi 15.08.2024	-	Journée entière	Férié - Assomption
Vendredi 16.08.2024	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil de 9h à 12h et de 13h45 à 17h
	Monthey	14:00 – 17:00	Atelier fabrication de petits pots de fleurs Avec Heidi. Part. CHF 3.-
Samedi 17.08.2024	-	08:30	Marche: Barrage de Moiry Départ Avep Monthey 8h30 - Martigny (Cristal) 9h00 - Sion (gare) 9h30
Lundi 19.08.2024	Monthey	09:00	Marche : Parc naturel du Jorat

Août 2024

Mardi 20.08.2024	Monthey	18:00	Soirée « Et si on parlait psy... : ergothérapie et santé psychique » Avec Valérie Ducommun, Mylène Le Gall et Julien Duinat, ergothérapeutes en santé mentale
Mercredi 21.08.2024	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	14:00 – 16:00	Initiation à la méditation et au yoga – sur inscription Accueil à 14h la salle Move Studio, Rte de Savièse 10. Prendre un linge. Part. CHF 5.-
Jeudi 22.08.2024	Monthey	09:00 – 17:00	Mise sous pli du programme d'activités de septembre à décembre Avec repas – sur inscription
	Sion	14:30 – 17:00	Atelier fabrication de petits pots de fleurs Avec Heidi. Part. CHF 3.-
Vendredi 23.08.2024	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil de 9h à 12h et de 13h45 à 17h
	Monthey	14:00 – 16:30	Atelier d'écriture témoignage : bibliothèque vivante Avec Philippe
Samedi 24.08.2024	Monthey	09:00	Activités nautiques à Montreux (pédalo, paddle, kayak) et balade Part. CHF 10.-
Lundi 26.08.2024	Monthey	09:00	Marche : Les Gorges de Covatannaz – 6km et 380m de dénivelé Avec Elvio
Mardi 27.08.2024	Monthey	10:00 – 14:00	Repas-partage : paëlla – sur inscription Avec Elvio. Part. CHF 7.-
Mercredi 28.08.2024	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	14:00 – 16:30	Atelier d'écriture témoignage : bibliothèque vivante Avec Philippe
Jeudi 29.08.2024	Sion	10:00 – 16:00	Découverte des nouveaux locaux de l'Avep à Monthey et rencontre avec le groupe pour les membres de Sion Avec repas – sur inscription. Part. CHF 7.-
Vendredi 30.08.2024	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil de 9h à 12h et de 13h45 à 17h