

**Monthey**  
Rte Martoret 31a

**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

## Avril 2023

<b>Lundi</b> 03.04.2023	Monthey	10:00	<b>Marche autogérée : bord de la Vièze</b> Animée par Isabelle
<b>Mardi</b> 04.04.2023	-	11:00 – 12:00	<b>Permanence téléphonique</b>
	Monthey	15:00 – 17:00	<b>Initiation au théâtre d'improvisation</b> Animée par Patrick
<b>Mercredi</b> 05.04.2023	Sion	09:00 – 12:00	<b>Café-rencontre / permanence d'accueil</b>
	Sion	13:30 – 16:30	<b>Balade aux Iles à Sion</b>
<b>Jeudi</b> 06.04.2023	Sion	09:00 – 12:00	<b>Café-rencontre / permanence d'accueil</b>
	Sion	13:30 – 16:30	<b>Balade à la SPA d'Ardon</b> Rendez-vous à 13h30 à la gare de Sion ou à 14h15 à l'entrée de la SPA d'Ardon
	-	17:00 – 18:00	<b>Permanence téléphonique pour les proches</b>
<b>Vendredi</b> 07.04.2023	-	09:00 – 17:00	<b>Vendredi Saint - Férié</b>
<b>Lundi</b> 10.04.2023	-	09:00 – 17:00	<b>Lundi de Pâques - Férié</b>
<b>Mardi</b> 11.04.2023	-	11:00 – 12:00	<b>Permanence téléphonique</b>
	Monthey	15:00 – 17:00	<b>Initiation à la méditation et au yoga – sur inscription. Part. CHF 5.-</b> Accueil à 15h au Centre Métamorphose, Pl. de l'Hôtel-de-Ville 1A
<b>Mercredi</b> 12.04.2023	Sion	09:00 – 12:00	<b>Café-rencontre / permanence d'accueil</b>
	Sion	13:30 – 16:30	<b>Après-midi jeux de société au bar à jeux HENIGMA</b> Boisson + CHF 2.50.- en supplément à la charge de chacun
<b>Jeudi</b> 13.04.2023	Sion	10:00 – 14:00	<b>Cours repas-partage : cuisine espagnole – sur inscription. Part. CHF 7.-</b>
<b>Vendredi</b> 14.04.2023	Monthey	09:00 – 12:00	<b>Café-rencontre / permanence d'accueil</b>
	Monthey	13:45 – 17:00	<b>Café-rencontre / permanence d'accueil</b>
<b>Samedi</b> 15.04.2023	Monthey	09:30	<b>Chaplin's World à Corsier. Part. CHF 10.-</b>
<b>Lundi</b> 17.04.2023	Monthey	09:00	<b>Marche : Bramois autour des arbres fruitiers en fleurs</b> Départ Avep Monthey 9h00 - Martigny (Cristal) 9h30 - Sion (gare) 10h00

## Avril 2023

<b>Mardi</b> 18.04.2023	-	11:00 – 12:00	Permanence téléphonique
	Monthey	18:00	Soirée « Et si on parlait psy... : découvrir les ateliers 16art » Avec Lionel Delalay, responsable de proximité et Enrico Margnetti, maître socioprofessionnel – Fondation Chez Paou
<b>Mercredi</b> 19.04.2023	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	15:00 – 17:00	Initiation à la méditation et au yoga – sur inscription. Part. CHF 5.- Accueil à 15h la salle Move Studio, Rte de Savièse 10
<b>Jeudi</b> 20.04.2023	Sion	09:00 – 13:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	14:30 – 17:00	Balade dans les vergers
<b>Vendredi</b> 21.04.2023	Monthey	09:00 – 12:00	Café-rencontre / Mise sous pli du programme d'activités
	Monthey	13:45 – 17:00	Peinture sur galets et bricolage sur support en bois. Part CHF 5.- Animé par Graziella et Christelle - avec séance de méditation
	Monthey	13:45 – 17:00	Café-rencontre / Mise sous pli du programme d'activités
<b>Lundi</b> 24.04.2023	Monthey	09:00	Marche : Lac de Taney (370m de dénivelé)
<b>Mardi</b> 25.04.2023	Monthey	10:00 – 14:00	Cours repas-partage : cuisine grecque – sur inscription. Part. CHF 7.-
<b>Mercredi</b> 26.04.2023	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	13:30 – 16:30	Atelier créatif : réalisations diverses avec pinces à linges. Part. CHF 5.- Animé par Christelle - avec séance de méditation
<b>Jeudi</b> 27.04.2023	Sion	14:30 – 17:00	Atelier collage. Part. CHF 3.-
<b>Vendredi</b> 28.04.2023	Monthey	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Monthey	13:45 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
<b>Samedi</b> 29.04.2023	Monthey	09:00	Visite et découverte du Pont suspendu de Niouc. Part. CHF 5.- Départ Avep Monthey 9h00 - Martigny (Cristal) 9h30 - Sion (gare) 10h00