

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

Juin 2024

Lundi 03.06.2024	-	09:00	Marche : Bisse de Lens Départ Avep Monthey 9h00 - Martigny (Cristal) 9h30 - Sion (gare) 10h00
Mardi 04.06.2024	Monthey	14:00 – 16:30	Les pâtisseries d'Anne-Marie : cookies choco-café et pie aux pommes Avec Anne-Marie. Part. CHF 4.-
Mercredi 05.06.2024	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	13:30 – 16:30	Atelier décoration de bougies Avec Heidi. Chacun apporte une ou des bougies de minimum 15 cm de haut, couleur blanche. Part. CHF 3.-
Jeudi 06.06.2024	Sion	14:00 – 16:30	Atelier d'écriture témoignage : bibliothèque vivante Avec Philippe
Vendredi 07.06.2024	Monthey	09:00 – 11:30	Atelier d'écriture témoignage : bibliothèque vivante Avec Philippe
	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil de 9h à 12h et de 13h45 à 17h
Lundi 10.06.2024	-	09:00	Marche : Eboulement des Diablerets à Derborence Départ Avep Monthey 9h00 - Martigny (Cristal) 9h30
Mardi 11.06.2024	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 12.06.2024	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	13:30 – 16:30	Visite de L'Arche des Crébillons à Chalais Rdv à 13h30 à l'Avep ou à 14h sur place
Jeudi 13.06.2024	Sion	13:30 – 17:00	Balade et baignade au Lac de Géronde à Sierre Rdv à 13h30 à l'Avep ou à 14h sur place
Vendredi 14.06.2024	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil de 9h à 12h et de 13h45 à 17h
Samedi 15.06.2024	Monthey	09:00	Sortie au Swiss Vapeur Parc Part. CHF 7.-
Lundi 17.06.2024	Monthey	09:00	Marche : le Niremout – 7,5km et 270m de dénivelé Avec Elvio

Juin 2024

Mardi 18.06.2024	Monthey	13:30 – 16:30	Après-midi jeux de société Avec Elvio
	Monthey	18:00	Soirée « Et si on parlait psy... : les angoisses : vivre avec et les gérer » Avec Martina Alves, infirmière spécialiste clinique et Charles-Eric Bessard, infirmier spécialiste clinique
Mercredi 19.06.2024	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 20.06.2024	Sion	10:00 – 14:00	Repas-partage : cuisine turque – sur inscription Part. CHF 7.-
Vendredi 21.06.2024	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil de 9h à 12h et de 13h45 à 17h
Lundi 24.06.2024	Monthey	08:30	Marche autogérée aux Portes du Soleil Avec Isabelle. Part. CHF 9.-
Mardi 25.06.2024	Monthey	10:00 – 14:00	Repas-partage : cuisine Thaï – sur inscription Avec Elvio. Part. CHF 7.-
Mercredi 26.06.2024	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	13:30 – 16:30	Cercle de lecture en nature et goûter aux Iles à Sion Avec Patrick. Prenez un livre de votre choix et quelque chose à manger à partager avec le groupe
Jeudi 27.06.2024	Sion	14:00 – 17:00	Balade des chiens de la SPA d'Ardon Rdv à 14h00 à l'Avep ou à 14h30 à l'entrée de la SPA d'Ardon
Vendredi 28.06.2024	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil de 9h à 12h et de 13h45 à 17h
Dimanche 30.06.2024	-	10:00	Week-end yoga et détente à Vercorin Du dimanche 30 juin au mardi 2 juillet. Sur inscription