

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 5.-
pour les déplacements en
minibus lors des sorties
ainsi qu'un pique-nique



Inscription souhaitée
pour toutes les activités,
pas nécessaire pour le
café-rencontre (sauf si
1ère visite)

Juillet 2025

Mardi 01.07.2025	Monthey	14:00 – 17:00	Après-midi karaoké Avec Graziella
Mercredi 02.07.2025	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	13:30 – 16:30	Atelier maroquinerie Avec Heidi. Part. CHF 4.-
Jeudi 03.07.2025	Sion	Journée entière	L'Avep sera exceptionnellement fermée
Vendredi 04.07.2025	-	10:00	Séjour yoga et détente à Vercorin Du vendredi 4 juillet au dimanche 6 juillet
Mardi 08.07.2025	Monthey	14:00 – 16:00	Initiation à la méditation et au yoga Accueil à 14h au Centre Métamorphose, Pl. Hôtel-de-Ville 1A. Prendre un linge. Part. CHF 7.-
Mercredi 09.07.2025	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	14:00 – 16:30	Initiation à la danse orientale avec goûter Chacun prend quelque chose à partager
Jeudi 10.07.2025	Sion	15:00 – 17:00	Visite et partages avec les résidents de l'EMS les Vergers à Aproz
Vendredi 11.07.2025	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil De 9h à 12h et de 13h45 à 17h
Lundi 14.07.2025	Monthey	09:00	Marche : Les Diablerets - Lac Retaud (dénivelé 280m - 6km) Avec Elvio. Départ Manor Monthey
Mardi 15.07.2025	Monthey	10:00 – 14:00	Repas partage : sauté de veau aux olives Avec Elvio. Part CHF. 10.-
	Sion	18:00	Soirée "Et si on parlait psy... : découvrir les enjeux et mandats du service de la curatelle" Avec Julien Vouillamoz - Responsable de l'office de la curatelle de Sion
Mercredi 16.07.2025	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	13:30 – 16:30	Présentation de l'Hôtel de Ville de Sion et de la Maison Supersaxo
Jeudi 17.07.2025	Sion	13:30 – 16:30	Atelier témoignage : bibliothèque vivante Avec Philippe
Vendredi 18.07.2025	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil De 9h à 12h et de 13h45 à 17h

Juillet 2025

Samedi 19.07.2025	-	09:00	Sortie au Col du Grand-Saint-Bernard et visite du musée et des chiens Départ Manor Monthey 9h00 - Martigny (Cristal) 9h30. Part. CHF 8.-
Lundi 21.07.2025	-	09:00	Marche autogérée à Ferpècle Avec Isabelle. Départ Manor Monthey 9h00 - Martigny (Cristal) 9h30 - Sion (gare) 10h00
Mardi 22.07.2025	Monthey	14:00 – 16:30	Fabrication de caramels maison Avec Stéphy. Part. CHF 3.-
Mercredi 23.07.2025	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	14:00 – 16:00	Initiation à la méditation et au yoga Accueil à 14h à la salle Move Studio, Rte de Savièse 10. Prendre un linge. Part. CHF 7.-
Jeudi 24.07.2025	Sion	10:00 – 14:00	Repas-partage : festival de salades d'été Part. CHF 10.-
Vendredi 25.07.2025	Monthey	Journée entière	L'Avep sera exceptionnellement fermée
Lundi 28.07.2025	-	09:00	Marche : Bisse du Trient Départ Manor Monthey 9h00 - Martigny (Cristal) 9h30
Mardi 29.07.2025	Monthey	14:30 – 17:30	Atelier témoignage : bibliothèque vivante Avec Philippe
Mercredi 30.07.2025	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	12:45 – 17:30	Découverte de l'équithérapie à la Fondation Domus
Jeudi 31.07.2025	Sion	11:00 – 15:00	Cercle de lecture édition estivale au Lac de la Brèche Avec Patrick. Chacun prend un livre et un pique-nique pour le repas de midi