

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)

Mai 2025

Lundi 12.05.2025	Monthey	09:00	Marche : les Galeries Defago à Champéry (dénivelé 238m - 6km) Avec Elvio. Départ Manor Monthey 9h00
Mardi 13.05.2025	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.-
	Sion	18:00	Soirée "Et si on parlait psy... : les soins psychiatriques à domicile" Avec Mirsade Qorraj - Fondatrice et directrice du Centre Qorraj & Vania Ribeiro - Infirmière cheffe, responsable des soins au Centre Qorraj
Mercredi 14.05.2025	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 15.05.2025	Sion	13:30 – 16:30	Visite de la Maison de la Nature à Mont Orge sur le thème : « Nature sensible » Avec Louane. Rendez-vous à 13h30 à l'Avep pour y monter à pied ou à 14h30 sur place
Vendredi 16.05.2025	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil De 9h à 12h et de 13h45 à 17h