

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

Mai 2024

Mercredi 01.05.2024	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	13:30 – 16:30	Atelier dessin et peinture avec séance de méditation Part. CHF 3.-
Jeudi 02.05.2024	Sion	13:30 – 16:30	Atelier confection de l'apéritif pour l'Assemblée Générale de l'Avep
	Sion	18:00	Assemblée Générale de l'Avep à L'Archipel (salle des Utopies) à Sion Rue de l'Industrie 47 - sur inscription
Vendredi 03.05.2024	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil de 9h à 12h et de 13h45 à 17h
Lundi 06.05.2024	-	09:00	Marche : Tour des 5 étangs au Mayens d'Arbaz Départ Avep Monthey 9h00 - Martigny (Cristal) 9h30 - Sion (gare) 10h00
Mardi 07.05.2024	Monthey	14:00 – 16:00	Animation musicale – apportez vos vinyles Animée par Elvio
Mercredi 08.05.2024	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 09.05.2024	-	Journée entière	Férié - Ascension
Vendredi 10.05.2024	-	Journée entière	Férié - Ascension
Lundi 13.05.2024	Monthey	09:00	Marche : Lac de Lessoc - 239m de dénivelé pour 7 km En coanimation avec Elvio
Mardi 14.05.2024	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 15.05.2024	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 16.05.2024	Sion	14:30 – 17:00	Balade au bord du Rhône
Vendredi 17.05.2024	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil de 9h à 12h et de 13h45 à 17h

Mai 2024			
Samedi 18.05.2024	Monthey	09:00	Sortie autogérée : Bains de Lavey Animée par Isabelle. Part. CHF 20.-
Lundi 20.05.2024	-	Journée entière	Férié - Pentecôte
Mardi 21.05.2024	Monthey	10:00 – 14:00	Repas-partage : Pizza party – sur inscription En coanimation avec Elvio. Part. CHF 7.-
	Sion	19:30	Psytrialogue « les attentes réelles sur le suivi thérapeutique après l'hospitalisation » à Sion (Rue de la Sitterie 2) Sur inscription auprès de Synapsespoir 079 392 24 83 ou info@synapsespoir.ch
Mercredi 22.05.2024	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	13:30 – 16:30	Atelier fabrication de bougies Animé par Heidi. Part. CHF 3.-
Jeudi 23.05.2024	Monthey	09:00 – 17:00	Mise sous pli du programme d'activités de juin à août Avec repas – sur inscription
	Sion	14:30 – 17:00	Préparation du prochain programme d'activités de septembre à décembre
Vendredi 24.05.2024	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil de 9h à 12h et de 13h45 à 17h
	Monthey	13:45 – 17:00	Préparation du prochain programme d'activités de septembre à décembre
Samedi 25.05.2024	-	11:00 – 15:00	Grillade festive de l'Avep au Couvert des Amoureux à Lavey - sur inscription Chacun apporte un accompagnement salé ou un dessert. Part. CHF 7.-
Lundi 27.05.2024	Monthey	09:00	Marche : boucle Mont Pèlerin – 200m dénivelé et 8km
Mardi 28.05.2024	Sion	18:00	Soirée « Et si on parlait psy... : la contrainte en psychiatrie » Avec Christel Gumy, responsable de l'Observatoire romand de la contrainte en psychiatrie et Olivia Vernay, collaboratrice de recherche et experte par expérience
Mercredi 29.05.2024	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	13:30 – 16:30	Balade à Longeborne Rendez-vous à 13h30 à la gare de Sion ou à 14h à Bramois
Jeudi 30.05.2024	-	Journée entière	Férié - Fête Dieu
Vendredi 31.05.2024	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil de 9h à 12h et de 13h45 à 17h