

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)

Avril 2026

Lundi 13.04.2026	Monthey Martigny Sion	09:00	Marche : Bisse de Ricard Départ Manor Monthey 9h00 - Martigny (Cristal) 9h30 - Sion 10h (gare)
Mardi 14.04.2026	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 15.04.2026	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 16.04.2026	Monthey	09:00 – 15:00	Mise sous pli du programme d'activités de mai à août Avec repas - sur inscription
	Sion	14:00 – 16:30	Devenez chevrier le temps d'un après-midi Avec Heidi
Vendredi 17.04.2026	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil De 9h à 12h et de 13h45 à 17h
Samedi 18.04.2026	Monthey Martigny	09:00	Journée balade à Chamonix (France) Départ Manor Monthey 9h00 - Martigny (Cristal) 9h30. Prendre des euros