avep
Association valaisanne d'entraide psychiatrique

Agenda des activités

Du 16.11.2026 au 21.11.2026

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)

Novembre 2026

Lundi 16.11.2026	Monthey Martigny	09:00	**Marche : Bisse des Ravines à Bruson** Départ Manor Monthey 9h00 - Martigny (Cristal) 9h30
Mardi 17.11.2026	Monthey	14:00 – 16:30	**Atelier pâtisserie : tarte alsacienne** Part. CHF 5.-. Prendre son contenant
Mercredi 18.11.2026	Sion	14:00 – 16:00	**Initiation à la gym douce et méditation** Accueil à 14h00 à la salle Move Studio, Rte de Savièse 10. Prendre un linge. Part. CHF 7.-
Jeudi 19.11.2026	Sion	09:00 – 12:00	**Café-rencontre / permanence d'accueil**
	Sion	14:00 – 16:30	**Atelier pâtisserie : tarte alsacienne** Part. CHF 5.-. Prendre son contenant
Vendredi 20.11.2026	Monthey	09:00 – 17:00	**Café-rencontre / permanence d'accueil** De 9h à 12h et de 13h45 à 17h
	Monthey	14:00 – 17:00	**Atelier fabrication de pain maison : craquelin (origine belge)** Avec Heidi. Prendre son contenant. Part. CHF 3.-
Samedi 21.11.2026	Sion	11:00 – 14:00	**Sortie au restaurant Wok Royal à Sierre avec buffet à volonté** Départ Avep Sion 11h00. Part. CHF 25.-. Boissons à la charge des participants