

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)

Février 2026

Mardi 17.02.2026	Monthey	14:00 – 16:30	Atelier dessin autour du Zentangle (dessin méditatif) Part. CHF 3.-
Mercredi 18.02.2026	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 19.02.2026	Sion	14:00 – 17:00	Atelier créatif : décoration d'un cadre photo et sel coloré Avec Heidi. Apporter un pot de confiture vide. Part. CHF 3.-
Vendredi 20.02.2026	Monthey	Journée entière	L'Avep est exceptionnellement fermée