

# Agenda des activités

Du 17.02.2026 au 20.02.2026

**Monthey**

Avenue du Simplon 24b

**Sion**

Rue de Lausanne 69

024 471 40 18

animation@avep-vs.ch

[www.avep-vs.ch](http://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

<b>Mardi</b> 17.02.2026	Monthey	14:00 – 16:30	<b>Atelier dessin autour du Zentangle (dessin méditatif)</b> Part. CHF 3.-
<b>Mercredi</b> 18.02.2026	Sion	09:00 – 12:00	<b>Café-rencontre / permanence d'accueil</b>
	Sion	14:00 – 16:00	<b>Initiation à la méditation et au yoga</b> Accueil à 14h à la salle Move Studio, Rte de Savièse 10. Prendre un linge. Part. CHF 7.-
<b>Jeudi</b> 19.02.2026	Sion	14:00 – 17:00	<b>Atelier créatif : décoration d'un cadre photo et sel coloré</b> Avec Heidi. Apporter un pot de confiture vide. Part. CHF 3.-
<b>Vendredi</b> 20.02.2026	Monthey	Journée entière	<b>L'Avep est exceptionnellement fermée</b>