

## 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

<b>Lundi</b> 27.04.2026	Monthey	09:00	<b>Marche : les Terrasses du Lavaux - Cully/Epesses/Rivaz 6km et 120m de dénivelé</b> Départ Manor Monthey 9h
<b>Mardi</b> 28.04.2026	Monthey	10:00 – 14:00	<b>Repas partage : poisson, gratin de courgettes et dessert</b> Part. CHF 10.-
<b>Mercredi</b> 29.04.2026	Sion	09:00 – 12:00	<b>Café-rencontre / permanence d'accueil</b>
	Sion	14:15 – 16:30	<b>Balade des chiens de la SPA à Uvrier</b> Rendez-vous à 14h15 sur place
<b>Jeudi</b> 30.04.2026	Sion	14:00 – 16:30	<b>Découverte de la méditation suivie d'une courte marche méditative</b> Avec Quentin

## Mai 2026

<b>Vendredi</b> 01.05.2026	Monthey	09:00 – 17:00	<b>Café-rencontre / permanence d'accueil</b> De 9h à 12h et de 13h45 à 17h
	Monthey	14:30 – 16:00	<b>Balade douce dans les environs de l'Avep</b>