

# Agenda des activités

Du 09.02.2026 au 13.02.2026

**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)*

## Février 2026

<b>Lundi</b> 09.02.2026	Monthey Martigny	09:00	<b>Marche : Bisse du Guercet depuis Charrat</b> Départ Manor Monthey 9h00 - Martigny (Cristal) 9h30
<b>Mardi</b> 10.02.2026	Monthey	14:00 – 16:00	<b>Initiation à la méditation et au yoga</b> Accueil à 14h au Centre Métamorphose, Pl. Hôtel-de-Ville 1A. Prendre un linge. Part. CHF 7.-
	Monthey	18:00	<b>Soirée "Et si on parlait psy... : agir contre la précarité : rencontre avec la Fondation Chez Paou"</b> Avec Lionel Delalay, membre de la direction, responsable des prestations Fondation Chez Paou
<b>Mercredi</b> 11.02.2026	Sion	09:00 – 12:00	<b>Café-rencontre / permanence d'accueil</b>
	Sion	14:00 – 16:30	<b>Après-midi jeux de société au bar à jeux HENIGMA</b> Boisson + CHF 2,50.- en supplément à la charge de chacun. Rendez-vous à 13h45 à l'Avep ou à 14h00 sur place
<b>Jeudi</b> 12.02.2026	Sion	10:00 – 14:00	<b>Repas partage : cordon bleu maison, salade, frites et salade d'oranges aux dattes</b> Part. CHF 10.-
<b>Vendredi</b> 13.02.2026	Monthey	09:00 – 17:00	<b>Café-rencontre / permanence d'accueil</b> De 9h à 12h et de 13h45 à 17h
	Monthey	13:45 – 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.-