

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

Lundi 09.02.2026	Monthey Martigny	09:00	Marche : Bisse du Guercet depuis Charrat Départ Manor Monthey 9h00 - Martigny (Cristal) 9h30
Mardi 10.02.2026	Monthey	14:00 – 16:00	Initiation à la méditation et au yoga Accueil à 14h au Centre Métamorphose, Pl. Hôtel-de-Ville 1A. Prendre un linge. Part. CHF 7.-
	Monthey	18:00	Soirée "Et si on parlait psy... : agir contre la précarité : rencontre avec la Fondation Chez Paou" Avec Lionel Delalay, membre de la direction, responsable des prestations Fondation Chez Paou
Mercredi 11.02.2026	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	14:00 – 16:30	Après-midi jeux de société au bar à jeux HENIGMA Boisson + CHF 2,50.- en supplément à la charge de chacun. Rendez-vous à 13h45 à l'Avep ou à 14h00 sur place
Jeudi 12.02.2026	Sion	10:00 – 14:00	Repas partage : cordon bleu maison, salade, frites et salade d'oranges aux dattes Part. CHF 10.-
Vendredi 13.02.2026	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil De 9h à 12h et de 13h45 à 17h
	Monthey	13:45 – 17:00	Atelier créatif : décoration d'un cadre photo et sel coloré Avec Heidi. Apporter un pot de confiture vide. Part. CHF 3.-