

## Agenda chronologique des activités Juin 2022

*Merci de prévoir CHF 4.-  
pour les déplacements en  
minibus lors des sorties*

Mercredi	01	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / préparation du prochain programme d'activités
				Espace de créativité libre
			13:30 – 16:30	Balade en vélo sur les berges du Rhône
Jeudi	02	Sion	14:30 – 17:00	Cours : apprendre à m'affirmer au quotidien - suite des modules (sur inscription) - Part. CHF 3.-
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
		Monthey	17:00	Groupe de rencontre des proches « Le Fil d'Ariane »
Vendredi	03	Monthey	09:00 – 12:00	Café-rencontre / préparation du prochain programme d'activités
				Permanence d'accueil et d'information
			13:45 – 17:00	Café-rencontre Balade douce
Lundi	06			Férié - Pentecôte
Mardi	07	Monthey	14:30 – 17:00	Groupe de soutien et d'entraide : se détendre au quotidien
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Mercredi	08	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre
				Espace de créativité libre
			13:30 – 16:30	Après-midi jeux de société en coanimation avec un membre (vos jeux de société sont les bienvenus)
Jeudi	09	Sion	12:00 – 15:00	Pique-nique aux Îles à Sion. Chacun apporte quelque chose à partager
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Vendredi	10	Monthey	09:00 – 12:00	Café-rencontre
				Permanence d'accueil et d'information
			13:45 – 17:00	Café-rencontre Balade douce
Vendredi	10			
Samedi	11		Départ 10:00	Week-end yoga et détente à Rougemont – inscription auprès de l'AVEP
Dimanche	12		Retour 17:00	
Lundi	13	Monthey	10:00	
		Martigny	10:30	Balade au Bois de Finges à Sierre – prendre un pique-nique
		Sion	11:00	
Mardi	14	Monthey	15:00 – 17:00	Initiation à la méditation et au yoga – accueil dès 14h45 – prendre un tapis – sur inscription préalable – Part. CHF 4.-
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information

# Juin 2022

Mercredi	15	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre Espace de créativité libre
			15:00 – 17:00	Initiation à la méditation et au yoga – accueil dès 14h45 – sur inscription préalable – Part. CHF 4.-
Jeudi	16		Férié – Fête Dieu	
Vendredi	17	Monthey	09:00 – 12:00	Café-rencontre Permanence d'accueil et d'information
			13:45 – 17:00	Café-rencontre Balade douce
Samedi	18		Horaire à définir	Mad Pride à Berne – Infos et inscription auprès de l'AVEP
Lundi	20	Martigny	09:00 09:30	Marche : Barrage d'Emosson – prendre un pique-nique
Mardi	21	Monthey	14:30 – 17:00	Café-partage ouvert à toutes et tous et possibilité d'apprendre la broderie en point de croix en coanimation avec une membre
			15:00 – 16:00	Permanence à la Buvette de l'Hôpital de Malévoz
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
			18:30	Soirée thématique <i>Et si on parlait psy...</i> « Découvrir les bienfaits de la musicothérapie » avec Laetitia Schmid, musicothérapeute
Mercredi	22	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre Espace de créativité libre
			13:30 – 16:30	Balade au Château de la Soie à Savièse
Jeudi	23	Sion	13:30 – 16:30	Balade au bord du Lac de Géronde, prendre un maillot de bain pour ceux qui le souhaitent
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Vendredi	24	Monthey	09:00 – 12:00	Café-rencontre Permanence d'accueil et d'information
			13:45 – 17:00	Café-rencontre Balade douce
Samedi	25	Monthey	9:30	Fête médiévale au Château de Gruyères – Part. CHF 5.- – Prendre un pique-nique
Lundi	27	Monthey	09:00	Marche autogérée : Lac Lioson – prendre un pique-nique
Mardi	28	Monthey	10:00 – 14:00	Cours repas-partage et échanges autour du thème : la relation amoureuse. Part. CHF 7.- sur inscription
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Mercredi	29	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre Espace de créativité libre
			13:30 – 16:30	Sortie au bowling des Rottes à Conthey – Part. CHF 7.-
Jeudi	30	Sion	14:30 – 17:00	Groupe de soutien et d'entraide : échanges sur le thème des voyages. Prendre avec vous vos photos pour les partager !
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information