

Monthey
Rte Martoret 31a

Sion
Rue de Lausanne 69

024 471 40 18
animation@avep-vs.ch
www.avep-vs.ch



Merci de prévoir CHF 4.-
pour les déplacements en
minibus lors des sorties
ainsi qu'un pique-nique



Retrouvez toutes les
informations pratiques
sur notre site web

Novembre 2023

Mercredi 01.11.2023	-	Journée entière	Férié - Toussaint
Jeudi 02.11.2023	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	14:30 – 17:00	Visite du château de Valère. Part. CHF 5.-
Vendredi 03.11.2023	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil de 9h à 12h et de 13h45 à 17h
Lundi 06.11.2023	Monthey	09:00 – 16:30	Cours atelier créatif : projet artistique danse-théâtre avec la HETS. Part. CHF 12.- pour les 4 ateliers – sur inscription de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30
Mardi 07.11.2023	Monthey	09:00 – 16:30	Cours atelier créatif : projet artistique danse-théâtre avec la HETS. Part. CHF 12.- pour les 4 ateliers – sur inscription de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30
	-	11:00 – 12:00	Permanence téléphonique
Mercredi 08.11.2023	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	13:30 – 16:30	Après-midi jeux de société au bar à jeux HENIGMA Boisson + CHF 2.50.- en supplément à la charge de chacun
Jeudi 09.11.2023	Sion	10:00 – 14:00	Repas-partage : paëlla – sur inscription. Part. CHF 10.- En coanimation avec Elvio
Vendredi 10.11.2023	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 feuilles d'automne avec séance de méditation. Part CHF 7.-. Animé par Graziella et Christelle. Apportez 2 grandes briques de lait
Samedi 11.11.2023	-	09:30	Exposition « Les Années Fauves » à la Fondation Gianadda – Martigny Départ Avep Monthey 9h30 - Martigny (Cristal) 10h
Lundi 13.11.2023	Monthey	09:00	Marche : Lavey – Collonges (dénivelé 220m - 10km – 3h30)
Mardi 14.11.2023	-	11:00 – 12:00	Permanence téléphonique
	Monthey	15:00 – 17:00	Initiation à la méditation et au yoga – sur inscription. Part. CHF 5.- Accueil à 15h au Centre Métamorphose, Pl. Hôtel-de-Ville 1A. Prendre un linge

Novembre 2023			
Mercredi 15.11.2023	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	15:00 – 17:00	Initiation à la méditation et au yoga – sur inscription. Part. CHF 5.- Accueil à 15h la salle Move Studio, Rte de Savièse 10. Prendre un linge
	-	22:00 – 00:00	L'Avep participe à l'émission radio « La Ligne de cœur » avec Jean-Marc Richard – RTS La Première
Jeudi 16.11.2023	Sion	13:45 – 16:30	Balade à la SPA d'Ardon Rendez-vous à 13h45 à l'Avep ou à 14h15 à l'entrée de la SPA d'Ardon
Vendredi 17.11.2023	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre / permanence d'accueil de 9h à 12h et de 13h45 à 17h
Lundi 20.11.2023	-	09:00	Marche : sentier historique de Saint-Pierre-de-Clages à Chamoson Départ Avep Monthey 9h00 - Martigny (Cristal) 9h30
Mardi 21.11.2023	-	11:00 – 12:00	Permanence téléphonique
	Sion	18:00	Soirée « Et si on parlait psy... : l'Ombudsman de la santé et des institutions sociales : qu'est-ce que c'est ? » Avec Ludivine Détiennie, responsable de l'Ombudsman du Valais
Mercredi 22.11.2023	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	13:30 – 16:30	Atelier fabrication d'un kit cookie pour un cadeau gourmand avec séance de méditation. Part CHF 8.- Animé par Christelle
Jeudi 23.11.2023	Sion	17:45 – 21:00	Soirée bowling (2 parties) et pizza à Conthey – sur inscription. Part. CHF 15.-. Rendez-vous 17h45 à l'Avep à Sion ou 18h sur place
Vendredi 24.11.2023	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 feuilles d'automne avec séance de méditation. Part CHF 7.-. Animé par Graziella et Christelle. Apportez 2 grandes briques de lait
Samedi 25.11.2023	Monthey	09:00	Sortie autogérée : visite de la Maison Cailler à Broc. Part. CHF 11.- Animée par Isabelle
Mardi 28.11.2023	-	09:00 – 17:00	Journée médiation culturelle : création d'une œuvre collective avec les étudiants de la HES à Lausanne - Plateforme 10
	-	11:00 – 12:00	Permanence téléphonique
Mercredi 29.11.2023	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	13:30 – 16:30	Atelier fabrication de petits pots de fleurs de décoration. Part. CHF 3.-
Jeudi 30.11.2023	Sion	14:30 – 17:00	Atelier musical. Amenez vos instruments