

Nos Activités

Chants du Voyage

ESPACE CULTUREL ARBAZ

Vous avez une activité à proposer?
Envoyez-nous une présentation
par email à aamarbaz@gmail.com

Avec Aline Gardaz De Luca

Atelier d'expression vocale par la voix chantée.
Dates : **30 avril, 14 mai et 18 juin** de 18h30 à 20h30
Infos : aline@laroulottedescontes.ch 079/723.41.07

Yoga

Avec Jeanne Rivollier

Hatha, Yin Yoga et Vinyasa
Cours Adultes tous niveaux

Mardi 9h30 à 10h45

Mardi de 18h30 à 19h45

Vendredi de 9h30 à 10h45

Infos : 076/234.75.82

jeannerivollier.y@gmail.com

Communication non violente

Avec Karine Nendaz

Groupe de pratique de CNV
(prérequis : avoir déjà suivi 2 jours d'introduction)

Dates : 1er mercredi du mois

2 avril, 7 mai et 4 juin 19h30 à 22h. Prix : 15.-.

Karine Nendaz : 078/620.15.03

Yoga Senior

Avec Isabelle Pigeon-Robatti

Jeudi de 9h30 à 11h00

du 03.04.2025 au 12.06.2025

Pas de cours le 24.04 et le 29.05.2025

prix du trimestre : 210.-

Infos: 079/832.93.00

Isabelle.pigeon2020@gmail.com

Yoga, souffle et voyage sonore

Avec Muriel Rochat

Jeudi de 13h30 à 15h30 aux 3 dates suivantes

Voyage sonore aux Bols de Cristal Alchimie

03.04.2025 / 01.05.2025 / 05.06.2025

prix du cours : 50.-

Infos et inscriptions obligatoire: 078/765.70.90

muriel@espace-flow.ch

MAISON ACCUEIL ARBAZ : MAA

Café Philo

Le Café Philo est un espace convivial où chacun.e peut partager ses idées, écouter les autres et enrichir sa pensée. Aucun prérequis, juste l'envie de penser ensemble.

Il sera animé par Igor Schimek

En journée 14h30 - 16h30 : **mercredi 23**

avril, mercredi 25 juin

En soirée 19h - 21h : **mardi 8 avril, mardi 10 avril**

Origami

Nina vous accueille pour créer les origamis de votre choix : un moment joyeux et méditatif à la fois : **les jeudis : 3 avril, 10 avril, 1er mai et 15 mai de 14h à 16h**

Accueil et Repas

La Maison d'Accueil Arbaz, MAA, ouvre ses portes à chacune et chacun **les mercredis** (sauf le 2ème du mois) de 9h à 17h pour un moment d'échange et de convivialité. Possibilité de manger à midi, inscriptions chez Rita Bonvin, 078 642 38 35 ou chez Christian Torrent 079 447 22 50 jusqu'au lundi soir.

Bienvenue !

Couture Plaisir

Claire vous propose les **mercredis 30 avril, 28 mai, 18 juin de 9h30 à 11h30**, une rencontre conviviale de couture partage pour raccommoder, faire de petits projets en lien avec le Zéro Déchet et autres envies...Avec ou sans machine à coudre. Au chapeau pour l'association

Pour vous abandonner à la newsletter hebdomadaire : envoyez-nous une demande par email pour avoir toutes les informations réactualisées aamarbaz@gmail.com

Votre soutien est précieux. Merci

Cotisation individuelle CHF 30- ou famille CHF 50-

IBAN CH 97 8080 80008 3823 1873 6

Arbaz, Art et Mouvement 1974 Arbaz

