

NOS ACTIVITES : ESPACE CULTUREL ET MAISON ACCUEIL ARBAZ



Musique Enfant

Avec Margarida Monteiro du Conservatoire cantonal du Valais

Mardi de 16h20 à 17h10 : initiation 1H-2H-3H

Prix : 225.- de janvier à juin 2026

Infos : www.conservatoirevs.ch/cms/page/view/id/42

Yoga Senior

Isabelle Pigeon-Robatti

Jeudi de 9h30 à 11h00

du jeudi 21.01.2026 au

jeudi 26.03.2026

pas de cours 19.02/26.02/19.03

soit 10 cours Tarif: CHF 250.-

Infos: 079/832.93.00

Isabelle.pigeon2020@gmail.com

Qi Gong

Avec Valérie Gamondès-Lebbar

Cet Art du Mouvement Chinois procure une détente générale grâce au travail sur la respiration, les méridiens, les tendons, les articulations et les muscles.

Le Mercredi matin de 9h à 10h15

Du 7 janvier 2026 au 1^{er} avril (sauf le 25.02 et le 4.03)

Total de 10 cours pour 250.-

Infos : 079 / 714 .34 .06

info@saemer.ch

Yoga

Jeanne Rivollier

Yoga pour tous

Hatha, Yin Yoga et Vinyasa

Les Mardis de 9h30 à 10h45

Les Mardis de 18h30 à 19h45

Les Vendredis de 9h30 à 10h45

10 cours pour 250.-

Infos : 076/234.75.82

jeannerivollier.y@gmail.com

Biodanza

Damien Neu

Lundi de 19h à 21h30

Première séance offerte

Tarif. 35.- la séance/

Infos : 076/207.11.52

damien.neu@protonmail.com

Aromathérapie

Céline Fardel

Principes de bases pour l'utilisation des huiles essentielles

Samedi 31 janvier, sam. 25 avril

de 9h à 12h30 Prix : 85.-

Infos : 078 725 36 78

celine.schmid123@gmail.com

Yoga, fascia et voyage sonore

Muriel Rochat

Mouvements spiralés et voyage sonore aux Bols de Cristal Alchimie

Jeudi de 14h à 16h :

29.01/26.03

Lundi de 14h à 16h :

09.02/09.03

prix du cours : 50.-

Infos: 078/765.70.90

muriel@espace-flow.ch

Chants du Voyage

Aline Gardaz De Luca

Atelier d'expression vocale par la voix

Dates : **4 février, 4 mars, 1er avril,**

6 mai, 10 juin de 18h30 à 20h30

Infos : aline@laroulottescontes.ch

079/723.41.07

Accueil et Repas

La Maison d'accueil MAA, ouvre ses portes **les mercredis** (sauf le 2^{ème} du mois) de 9h à 17h. Possibilité de manger à midi, inscriptions chez Rita Bonvin, 078 642 38 35 ou chez Christian Torrent 079 447 22 50

Café Philo

Igor Schimek

En journée 14h30 - 16h30 : **mercredi 21**

janvier, mercredi 25 février, mercredi 25

mars à la maison d'accueil

En soirée 19h - 21h : **mardi 6 janvier,**

mardi 10 février, mardi 10 mars

Tricot-Crochet

Christiane Travelletti

Les premiers mardis du mois de 14h à 17h

06.01/03.02/03.03 à la maison d'accueil

Prix : 10.-/après-midi.

Infos : 079 825 52 22, t.christiane@hotmail.com