

Artisanat et créativité

Scrapbooking – Carterie – Album

Tu souhaites développer ta créativité et créer des cartes, des albums pour mettre en scène tes photographies, un carnet de voyage ? Viens nous rejoindre pour un atelier. Des cours seront régulièrement mis en place avec des nouvelles techniques. Plus d'informations emilie.angeloz@gmail.com

No de cours	1
Dates	29 août 2023, 19:00 – 22:00
Prix du cours	45.00 CHF
Lieu	Ancienne Ecole de Champlan – Salle 01 – Formation Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/–trices	Angéloz Emilie (079 717 00 20)
Responsable	Angéloz Emilie (079 717 00 20)
Remarques	Le prix du matériel sera facturé en fonction du matériel utilisé.

Scrapbooking – Aquarelle – 1

Le temps d'une soirée, vient mélanger l'aquarelle et le scrapbooking.
Découverte et réalisation de 3 fonds avec diverses techniques d'aquarelle.
Mise en couleurs de motifs à l'aquarelle.
Réalisation d'une carte avec les techniques apprises.
Attention : ce cours est différent du cours n°2 et n°3.
Les cours techniques peuvent être suivis individuellement.

Dates	12 septembre 2023, 19:00 – 22:00
Prix du cours	45.00 CHF
Prix du matériel	15.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours

Lieu	Ancienne Ecole de Champlan – Salle 01 – Formation Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Angéloz Emilie (079 717 00 20)
Responsable	Angéloz Emilie (079 717 00 20)
Remarques	Le kit de matériel est encaissé une seule fois. Il est valable pour les 3 cours technique.

Scrapbooking – Aquarelle – 2

Le temps d'une soirée, vient mélanger l'aquarelle et le scrapbooking.
 Découverte et réalisation de 3 fonds avec diverses techniques d'aquarelle.
 Mise en couleurs de motifs à l'aquarelle.
 Réalisation d'un marque page avec les techniques apprises.
 Attention : ce cours est différent du cours n°1 et n°3.
 Les cours techniques peuvent être suivis individuellement.

Dates	19 septembre 2023, 19:00 – 22:00
Prix du cours	45.00 CHF
Prix du matériel	15.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Centre scolaire d'Arbaz – salle ACM rte du Village 11 1974 Arbaz
Animateurs/-trices	Angéloz Emilie (079 717 00 20)
Responsable	Angéloz Emilie (079 717 00 20)
Remarques	Le kit de matériel est encaissé une seule fois. Il est valable pour les 3 cours technique.

Calligraphie Japonaise

Shodo, la voie de l'écriture. Un art qui réveille vos sens et enrichit votre vie. Venez découvrir le monde de cette écriture. Le plus important ce sont vos sentiments avec le pinceau. Vous n'avez pas besoin de comprendre la langue japonaise.

No de cours	2
Dates	25 septembre 2023, 18:30 – 20:00 02 octobre 2023, 18:30 – 20:00 09 octobre 2023, 18:30 – 20:00 16 octobre 2023, 18:30 – 20:00
Prix du cours	90.00 CHF
Prix du matériel	25.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Ancienne Ecole de Champlan – Salle 01 – Formation Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Kaneto Rika (079 268 46 03)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Se munir de vieux journaux et d'un tablier pour ne pas se salir. Possibilité de s'inscrire toute l'année.

Scrapbooking – Aquarelle – 3

Le temps d'une soirée, vient mélanger l'aquarelle et le scrapbooking.
Découverte et réalisation de 3 fonds avec diverses techniques d'aquarelle.
Mise en couleurs de motifs à l'aquarelle.
Réalisation d'une page de scrapbooking avec les techniques apprises.
Attention : ce cours est différent du cours n°1 et n°2.
Les cours techniques peuvent être suivis individuellement.

Dates	26 septembre 2023, 19:00 – 22:00
Prix du cours	45.00 CHF
Prix du matériel	15.00 CHF

Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Centre scolaire d'Arbaz – salle ACM rte du Village 11 1974 Arbaz
Animateurs/–trices	Angéloz Emilie (079 717 00 20)
Responsable	Angéloz Emilie (079 717 00 20)
Remarques	Le kit de matériel est encaissé une seule fois. Il est valable pour les 3 cours technique.

Peinture acrylique – Initiation à diverses techniques de peinture (cours pour adulte)

Explications des différentes techniques de peinture en acrylique puis réalisation d'une toile.

No de cours	3
Dates	03 octobre 2023, 14:00 – 16:00
Prix du cours	30.00 CHF
Prix du matériel	10.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Rêve d'artiste (anciennement Bricola Sion) rte de Vissigen 36 1950 Sion
Animateurs/–trices	Ribordy Christine (079 709 19 61)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)
Remarques	La toile cartonnée vous sera distribuée au moment du cours pour ceux qui n'en possède pas. Par contre, si vous avez une ancienne toile usagée vous pouvez la rapporter avec vous.

Carnet de voyage – Aquarelle et Scrapbooking

Réalisation d'un album – carnet de voyage à l'aquarelle pouvant contenir des photos de voyage, des croquis, des cartes postales...

De l'embossage à chaud, reliure cartonnée, pâte de texture, poudres infusion, broderie

seront notamment des techniques à découvrir.

Durée : 4 soirées de 3 heures

Prérequis : avoir suivis au minimum un des trois cours techniques d'aquarelle pour être à l'aise avec les techniques utilisées.

Dates	10 octobre 2023, 19:00 – 22:00 17 octobre 2023, 19:00 – 22:00 31 octobre 2023, 19:00 – 22:00 07 novembre 2023, 19:00 – 22:00
Prix du cours	180.00 CHF
Lieu	Ancienne Ecole de Champlan – Salle 01 – Formation Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/–trices	Angéloz Emilie (079 717 00 20)
Responsable	Angéloz Emilie (079 717 00 20)
Remarques	Le prix du matériel sera communiqué dans un deuxième temps ainsi que les visuels du projet.

Bijoux en verre de Murano (fusing)

Apprenez à assembler des plaques de verre et des murines, puis utilisez notre hot pot spécialisé pour les cuire au micro-ondes ! Rejoignez-nous pour découvrir l'élégance intemporelle du verre de Murano.

No de cours	4
Dates	06 novembre 2023, 19:00 – 22:00
Prix du cours	60.00 CHF
Prix du matériel	20.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	L'Atelier d'Elise Onna 8 1974 Arbaz

Animateurs/-trices	Bonvin Elisabeth (079 273 48 12)
Responsable	Travelletti Christiane (079 825 52 22)

Après-midi tricot et crochet

Les 1er mardi du mois de novembre à mars, venez partager votre passion du tricot dans un lieu convivial à Anzère de 14h à 17h. Des personnes expérimentées seront à votre disposition pour vous guider si besoin.

No de cours	5
Dates	07 novembre 2023, 14:00 – 17:00
Prix du cours	10.00 CHF
Animateurs/-trices	Travelletti Christiane (079 825 52 22)
Responsable	Travelletti Christiane (079 825 52 22)
Remarques	Apportez la laine et les aiguilles et nous partagerons notre passion autour d'une collation. 10.-frs par après-midi. Le lieu de rdv vous sera communiqué lors de votre inscription.

Atelier vitrail Noël

Découvrez l'art du vitrail. Apprenez à créer des modèles dans le style Tiffany en utilisant des techniques de découpe, d'ajustement, d'habillage et de soudure à l'étain ! Pour une aventure artistique inoubliable.

No de cours	6
Dates	22 novembre 2023, 19:00 – 22:00 29 novembre 2023, 19:00 – 22:00
Prix du cours	120.00 CHF
Prix du matériel	30.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	L'Atelier d'Elise Onna 8 1974 Arbaz

Animateurs/-trices Bonvin Elisabeth (079 273 48 12)
Responsable Travelletti Christiane (079 825 52 22)

Cours de peinture contemporaine – adaptés à tous les niveaux

Comment commencer une peinture? Dans ce cours on discutera d'art, nous connaîtrons les aspects techniques comme l'huile, l'aquarelle et l'acrylique. Apprendre à regarder, contrôler les couleurs, proportionner et ajuster le dessin, réfléchir sur la composition.

No de cours 7
Dates 17 janvier 2024, 19:00 – 21:30
24 janvier 2024, 19:00 – 21:30
31 janvier 2024, 19:00 – 21:30
07 février 2024, 19:00 – 21:30
21 février 2024, 19:00 – 21:30
Prix du cours 190.00 CHF
Lieu Ancienne Ecole de Champlan – Salle 01 – Formation
Rue de l'Ecole 54
1971 Champlan
Animateurs/-trices Solà Xavier (079 174 41 37)
Responsable Travelletti Christiane (079 825 52 22)
Remarques Prendre toile ou papier, pinceaux, peinture à l'huile, acrylique, aquarelle, pastels...

Réalisation d'un paysage pas à pas et quelques astuces explicatives des différentes techniques

Viens réaliser un paysage pas à pas.

No de cours 8
Dates 05 mars 2024, 14:00 – 16:00
Prix du cours 30.00 CHF
Prix du matériel 10.00 CHF

Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Rêve d'artiste (anciennement Bricola Sion) rte de Vissigen 36 1950 Sion
Animateurs/-trices	Ribordy Christine (079 709 19 61)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)
Remarques	N'hésitez pas à prendre votre toile de récupération.

Petit meuble ou déco en bois

Scier, raboter, ajuster pour faire avancer votre projet en fonction de vos envies et désirs. Dans un petit atelier amateur de Champlan, venez découvrir quelques techniques. Prenez vos idées avec vous pour les réaliser ensemble.

No de cours	9
Dates	08 avril 2024, 19:30 – 21:30 15 avril 2024, 19:30 – 21:30 22 avril 2024, 19:30 – 21:30 29 avril 2024, 19:30 – 21:30 06 mai 2024, 19:30 – 21:30 13 mai 2024, 19:30 – 21:30
Prix du cours	180.00 CHF
Prix du matériel	30.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Sera donné chez l'animateur de cours
Animateurs/-trices	Berger Christophe (079 158 37 00)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Prendre des protections auditives, un crayon à papier et vêtements de travail (local non chauffé). Le bois sera décompté séparément selon le projet.

Compétences de base

Compétences de base en informatique

Cours de base de découverte de l'informatique, des ordinateurs, des smartphones et des appareils numériques.

Utilisation des appareils et applications de tous les jours.

No de cours	55
Dates	09 avril 2024, 19:00 – 21:00 16 avril 2024, 19:00 – 21:00 23 avril 2024, 19:00 – 21:00 30 avril 2024, 19:00 – 21:00 07 mai 2024, 19:00 – 21:00
Prix du cours	75.00 CHF
Lieu	Cycle d'orientation d'Ayent – Salle d'informatique Route d'Anzère 2 1966 St Romain (Ayent)
Animateurs/–trices	Pannatier Dominique (dominique.pannatier@bluewin.ch)
Responsable	Compétences de base
Remarques	Cours réalisé selon les demandes des participants. Possibilité de travailler avec votre ordinateur portable ou votre smartphone. Inscription : – par téléphone 027 398 31 67 – par email info@unipopadret.ch

Culture

Le MIR se réforme (sortie d'une journée à Genève)

Visite guidée du Musée international de la Réforme à Genève : scénographie entièrement modifiée après 21 mois de travaux.

No de cours	10
Dates	26 septembre 2023, 08:00 – 18:00
Prix du cours	40.00 CHF
Lieu	Gare de Sion
Animateurs/-trices	Trachsel Sabrina (079 623 55 53)
Responsable	Trachsel Sabrina (079 623 55 53)
Remarques	Transport et repas à la charge du participant. Réservez les dates suivantes pour d'autres sorties : 23.01.2024 et 23.04.2024.

Développement personnel

Le Tarot : outil de connaissance de soi

Découvrez la richesse des messages du tarot de Marseille et comment l'utiliser au quotidien.

No de cours	11
Dates	31 août 2023, 18:30 – 21:30
Prix du cours	45.00 CHF
Lieu	Ancienne Ecole de Champlan – Salle 01 – Formation Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Ratel Sonia (079 552 95 57)
Responsable	Travelletti Christiane (079 825 52 22)
Remarques	Les 3 heures de cours incluent une pause.

Le Tarot amoureux

Découvrez de façon simple et ludique comment décoder votre vie amoureuse par le tarot de Marseille. Cet atelier pratique ne nécessite pas de connaissance préalable du tarot. Prendre votre tarot de Marseille (arcanes majeurs).

No de cours	12
Dates	19 septembre 2023, 18:30 – 21:30
Prix du cours	45.00 CHF
Lieu	Ancienne Ecole de Champlan – Salle 01 – Formation Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Ratel Sonia (079 552 95 57)
Responsable	Travelletti Christiane (079 825 52 22)
Remarques	Les 3 heures de cours incluent une pause.

Initiation à l'autohypnose

Vous découvrirez que l'autohypnose est un outil pour lutter contre le stress, améliorer sa concentration, sa mémoire et favoriser le sommeil. Vous allez apprendre à faire des exercices théoriques et pratiques pour mieux gérer votre quotidien.

No de cours	13
Dates	26 septembre 2023, 18:00 – 19:30 03 octobre 2023, 18:00 – 19:30 10 octobre 2023, 18:00 – 19:30 17 octobre 2023, 18:00 – 19:30
Prix du cours	90.00 CHF
Lieu	Ecole de Champlan – Salle 02 Ouest – Santé, bien-être Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/–trices	Theytaz Sandrine (078 808 88 25)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Prendre tapis de sol et/ou coussin de yoga.

Découvrir l'aromathérapie

Alléger des tensions, se relaxer ou se dynamiser, parfumer un intérieur ou un bain, nourrir sa peau, prévenir et soigner les petits bobos du quotidien grâce à l'Aromathérapie tout en sachant reconnaître ses limites ou ses risques.

No de cours	14
Dates	30 octobre 2023, 18:00 – 20:00 06 novembre 2023, 18:00 – 20:00 13 novembre 2023, 18:00 – 20:00 20 novembre 2023, 18:00 – 20:00
Prix du cours	120.00 CHF
Prix du matériel	20.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours

Lieu	Ancienne Ecole de Champlan – Salle 01 – Formation Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Luisier-Délèze Françoise (079 220 31 73)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Prendre bloc-notes et de quoi écrire

Méditation intuition

Apprendre à méditer pour développer votre intuition et ainsi être plus apte au lâcher-prise, à mieux gérer différentes situations et à vous reconnecter à votre moi intérieur afin de pouvoir vous donner des possibilités dans n'importe quel domaine.

No de cours	15
Dates	07 novembre 2023, 18:00 – 19:30 14 novembre 2023, 18:00 – 19:30 21 novembre 2023, 18:00 – 19:30 28 novembre 2023, 18:00 – 19:30
Prix du cours	90.00 CHF
Lieu	Ecole de Champlan – Salle 02 Ouest – Santé, bien-être Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Theytaz Sandrine (078 808 88 25)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Prendre un tapis de sol et/ou un coussin de yoga.

Se libérer des schémas d'abus

Lors de ce cours vous apprendrez à repérer les schémas d'abus, quel que soient leurs formes, et à vous en libérer, afin de retrouver une harmonie relationnelle.

No de cours	16
Dates	07 novembre 2023, 19:00 – 22:00
Prix du cours	45.00 CHF

Prix du matériel	2.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Ancienne Ecole de Champlan – Salle 01 – Formation Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Chabbey Samuel (079 780 93 90)
Responsable	Travelletti Christiane (079 825 52 22)
Remarques	Les 3 heures de cours incluent une pause.

Purification aux huiles essentielles

Utiliser les essences subtiles de plantes pour se purifier et ennoblir son lieu de vie.

No de cours	17
Dates	05 décembre 2023, 19:00 – 21:00
Prix du cours	30.00 CHF
Prix du matériel	2.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Ancienne Ecole de Champlan – Salle 01 – Formation Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Chabbey Samuel (079 780 93 90)
Responsable	Travelletti Christiane (079 825 52 22)

Attirer à soi l'abondance

Pourquoi certaines personnes ont toujours de la chance ? Comment attirer à moi l'Argent ? Quels sont les pièges à éviter ? Apprenez les trucs et astuces pour attirer à vous l'abondance à travers ce cours vivant et interactif.

No de cours	18
Dates	12 mars 2024, 19:00 – 22:00

Prix du cours	45.00 CHF
Prix du matériel	2.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Ancienne Ecole de Champlan – Salle 01 – Formation Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Chabbey Samuel (079 780 93 90)
Responsable	Travelletti Christiane (079 825 52 22)
Remarques	Les 3 heures de cours incluent une pause.

Informatique et médias

Comprendre et maîtriser son appareil photo (débutants et amateurs)

Viens avec ton appareil photo le temps de 3 soirées et d'une matinée pour apprendre à t'en servir

correctement. Après ce cours, tu pourras sortir du mode automatique et finalement créer ton propre mode d'expression. Tu auras l'occasion de te former et d'exercer en soirée ainsi que lors d'une matinée de pratique de la photographie en l'extérieur.

No de cours	19
Dates	30 octobre 2023, 19:00 – 22:00 06 novembre 2023, 19:00 – 22:00 11 novembre 2023, 08:30 – 11:30 13 novembre 2023, 19:00 – 22:00
Prix du cours	180.00 CHF
Lieu	Cycle d'orientation d'Ayent – Salle de classe 02 Route d' Anzère 2 1966 St Romain (Ayent)
Animateurs/–trices	Guillaume Eric (079.850.18.54)
Responsable	Angéloz Emilie (079 717 00 20)

Prendre des photos avec son smartphone

Quelques trucs et astuces pour photographier avec son smartphone, mais aussi petit guide pour partager, transférer et sauvegarder ses images.

No de cours	20
Dates	02 novembre 2023, 19:00 – 21:00
Prix du cours	30.00 CHF
Lieu	Ancienne Ecole de Champlan – Salle 01 – Formation Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/–trices	Pannatier Dominique (dominique.pannatier@bluewin.ch)

Responsable	Pannatier Dominique (dominique.pannatier@bluewin.ch)
Remarques	Prenez votre smartphone avec vous !

Sécurité informatique – Cyber sécurité pour tous

Nos données personnelles sont précieuses. Elles méritent d'être protégées, sauvegardées et disponibles tout en restant inaccessibles pour un usage non contrôlé.

Cette conférence avec échanges d'expérience vise à nous rendre conscient des risques et élabore quelques solutions simples pour éviter de mauvaises surprises.

No de cours	21
Dates	09 novembre 2023, 19:00 – 21:00
Prix du cours	10.00 CHF
Lieu	Cycle d'orientation d'Ayent – Salle de classe 01 Route d'Anzère 2 1966 St Romain (Ayent)
Animateurs/-trices	Pannatier Dominique (dominique.pannatier@bluewin.ch)
Responsable	Pannatier Dominique (dominique.pannatier@bluewin.ch)

Apprendre et comprendre le traitement d'image

Après 4 soirées, le logiciel Adobe Lightroom aura moins de secret pour toi. Tu progresseras en retouches de photographies et tu prendras plus de plaisir lors du traitement de tes images.

No de cours	22
Dates	12 mars 2024, 19:00 – 22:00 26 mars 2024, 19:00 – 22:00 09 avril 2024, 19:00 – 22:00 23 avril 2024, 19:00 – 22:00
Prix du cours	180.00 CHF
Lieu	Cycle d'orientation d'Ayent – Salle de classe 02 Route d' Anzère 2 1966 St Romain (Ayent)

Animateurs/-trices	Guillaume Eric (079.850.18.54)
Responsable	Angéloz Emilie (079 717 00 20)
Remarques	Prendre son ordinateur personnel

Langues

Anglais niveau A2

Voulez-vous perfectionner votre anglais à travers la conversation, le vocabulaire et la grammaire d'une manière conviviale ? Avoir suivi le cours débutant ou posséder quelques bases de la langue de Shakespeare.

No de cours	23
Dates	11 septembre 2023, 18:30 – 20:00 18 septembre 2023, 18:30 – 20:00 25 septembre 2023, 18:30 – 20:00 02 octobre 2023, 18:30 – 20:00 09 octobre 2023, 18:30 – 20:00 16 octobre 2023, 18:30 – 20:00 30 octobre 2023, 18:30 – 20:00 06 novembre 2023, 18:30 – 20:00 13 novembre 2023, 18:30 – 20:00 20 novembre 2023, 18:30 – 20:00
Prix du cours	220.00 CHF
Lieu	Cycle d'orientation d'Ayent – Salle de classe 01 Route d'Anzère 2 1966 St Romain (Ayent)
Animateurs/–trices	Cochrane Yvonne (076 513 28 52)
Responsable	Travelletti Christiane (079 825 52 22)
Remarques	Une autre série de cours sera proposée à partir de janvier 2024.

Anglais niveau A1

Voulez-vous pouvoir mieux vous débrouiller en voyage ou acquérir des notions de base pour parler anglais dans le cadre de votre travail ? Venez apprendre la langue de Shakespeare, une des plus parlées au monde, d'une façon conviviale.

No de cours	24
Dates	11 septembre 2023, 20:00 – 21:00 18 septembre 2023, 20:00 – 21:00 25 septembre 2023, 20:00 – 21:00 02 octobre 2023, 20:00 – 21:00 09 octobre 2023, 20:00 – 21:00 16 octobre 2023, 20:00 – 21:00 30 octobre 2023, 20:00 – 21:00 06 novembre 2023, 20:00 – 21:00 13 novembre 2023, 20:00 – 21:00 20 novembre 2023, 20:00 – 21:00
Prix du cours	150.00 CHF
Lieu	Cycle d'orientation d'Ayent – Salle de classe 01 Route d'Anzère 2 1966 St Romain (Ayent)
Animateurs/–trices	Cochrane Yvonne (076 513 28 52)
Responsable	Travelletti Christiane (079 825 52 22)
Remarques	Une autre série de cours sera proposée à partir de janvier 2024.

Espagnol – niveau A1 – avancé

Consolidez vos connaissances de base en espagnol. Progressivement, la pratique orale devient de plus en plus aisée, vous découvrez la grammaire et le vocabulaire pour communiquer d'une manière simple et rédiger des textes simples.

No de cours	25
Dates	12 septembre 2023, 18:45 – 20:15 19 septembre 2023, 18:45 – 20:15

	26 septembre 2023, 18:45 – 20:15
	03 octobre 2023, 18:45 – 20:15
	10 octobre 2023, 18:45 – 20:15
	17 octobre 2023, 18:45 – 20:15
	31 octobre 2023, 18:45 – 20:15
	07 novembre 2023, 18:45 – 20:15
	14 novembre 2023, 18:45 – 20:15
	21 novembre 2023, 18:45 – 20:15
Prix du cours	220.00 CHF
Lieu	Cycle d'orientation d'Ayent – Salle de classe 01 Route d'Anzère 2 1966 St Romain (Ayent)
Animateurs/–trices	Constantin Rosa Reina (027 398 15 64)
Responsable	Travelletti Christiane (079 825 52 22)
Remarques	Pré requis : vous avez quelques notions d'espagnol ou le niveau A1 débutants, mais vous désirez exercer vos connaissances. Le matériel de cours est à la charge des participants (livre + cahier d'exercices env. Fr. 65.--, photocopies env. Fr. 5.--). Une autre série de cours sera proposée à partir de janvier 2024.

Espagnol – niveau A1 – débutant

Ce cours s'adresse aux débutant-e-s et permet l'acquisition des bases de l'expression orale et écrite. Vous allez apprendre à comprendre, ainsi qu'à vous faire comprendre sur des sujets de la vie quotidienne. Ce cours attache une importance particulière à l'expression orale.

No de cours	26
Dates	12 septembre 2023, 20:15 – 21:45
	19 septembre 2023, 20:15 – 21:45
	26 septembre 2023, 20:15 – 21:45
	03 octobre 2023, 20:15 – 21:45
	10 octobre 2023, 20:15 – 21:45
	17 octobre 2023, 20:15 – 21:45

31 octobre 2023, 20:15 – 21:45

07 novembre 2023, 20:15 – 21:45

14 novembre 2023, 20:15 – 21:45

21 novembre 2023, 20:15 – 21:45

Prix du cours

220.00 CHF

Lieu

Cycle d'orientation d'Ayent – Salle de classe 01
Route d'Anzère 2
1966 St Romain (Ayent)

Animateurs/–trices

Constantin Rosa Reina (027 398 15 64)

Responsable

Travelletti Christiane (079 825 52 22)

Remarques

Le matériel de cours est à la charge des participants (livre + cahier d'exercices env. Fr. 65.--, photocopies env. Fr. 5.--).
Une autre série de cours sera proposée à partir de janvier 2024.

Nature

Créer son compost

Faire son compost soi-même: Que mettre? comment faire?
Démonstration pratique sur un jardin pour valoriser vos déchets verts.

No de cours	27
Dates	20 septembre 2023, 18:00 – 20:00
Prix du cours	30.00 CHF
Animateurs/-trices	Moos Jean-Marie (027 398 57 04)
Responsable	Travelletti Christiane (079 825 52 22)
Remarques	Le cours aura lieu sur la commune d'Ayent, le lieu exact vous sera communiqué une semaine avant le cours.

Permaculture pratique en automne

Jardin, forêt et verger en permaculture comment ça marche ?
Partie théorique : l'éthique, les principes, les applications...
Partie pratique: que faire au jardin en automne, préparation et entretien des buttes permanentes et des planches de culture, semis d'automne, compostage ...

No de cours	28
Dates	14 octobre 2023, 09:00 – 15:00
Prix du cours	60.00 CHF
Lieu	Parking du Cycle d'orientation St-Romain rte d'Anzère 2 1966 St-Romain
Animateurs/-trices	Moos Jean-Marie (027 398 57 04)
Responsable	Travelletti Christiane (079 825 52 22)
Remarques	Repas de midi tiré du sac. Un cours de permaculture pour le printemps aura lieu le 27 avril.

Taille des arbres fruitiers

Taille douce et soin des fruitiers dans un verger en permaculture.

No de cours	29
Dates	09 mars 2024, 09:00 – 15:00
Prix du cours	60.00 CHF
Lieu	Sera précisé par courrier
Animateurs/-trices	Moos Jean-Marie (027 398 57 04)
Responsable	Travelletti Christiane (079 825 52 22)

Santé et Bien-être

Yoga doux tout âge

Ce cours tout en douceur, s'adapte autant aux séniors qu'aux personnes de tout âge, désirant rencontrer le yoga dans un rythme doux, lent, sans postures difficiles, sans contraintes, sans étirements extrêmes.

No de cours	30
Dates	21 août 2023, 14:00 – 15:00 28 août 2023, 14:00 – 15:00 04 septembre 2023, 14:00 – 15:00 11 septembre 2023, 14:00 – 15:00 18 septembre 2023, 14:00 – 15:00 25 septembre 2023, 14:00 – 15:00 02 octobre 2023, 14:00 – 15:00 09 octobre 2023, 14:00 – 15:00 16 octobre 2023, 14:00 – 15:00 30 octobre 2023, 14:00 – 15:00
Prix du cours	150.00 CHF
Lieu	Ecole de Champlan – Salle 02 Ouest – Santé, bien-être Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Pigeon – Robatti Isabelle (079 832 93 00)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Prendre un tapis de yoga, une couverture et une tenue confortable.

Yoga en soirée 2023

Equilibre, souplesse, concentration, détente. Le Yoga est une philosophie de vie, un ensemble de pratiques qui prend soin du corps et de l'âme.

Ce cours s'adapte aux débutants comme aux avancés.

No de cours	31
Dates	24 août 2023, 18:00 – 19:00 31 août 2023, 18:00 – 19:00 14 septembre 2023, 18:00 – 19:00 21 septembre 2023, 18:00 – 19:00 28 septembre 2023, 18:00 – 19:00 05 octobre 2023, 18:00 – 19:00 12 octobre 2023, 18:00 – 19:00 02 novembre 2023, 18:00 – 19:00 09 novembre 2023, 18:00 – 19:00 16 novembre 2023, 18:00 – 19:00
Prix du cours	150.00 CHF
Lieu	Ecole de Champlan – Salle 02 Ouest – Santé, bien-être Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Pigeon – Robatti Isabelle (079 832 93 00)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Prendre un tapis de yoga, une couverture, un petit coussin et une tenue confortable.

Yoga en matinée 2023

Equilibre, souplesse, concentration, détente. Le Yoga est une philosophie de vie, un ensemble de pratiques qui prend soin du corps et de l'âme.

Ce cours s'adapte aux débutants comme aux avancés.

No de cours	32
Dates	25 août 2023, 09:30 – 10:30

	01 septembre 2023, 09:30 – 10:30
	15 septembre 2023, 09:30 – 10:30
	22 septembre 2023, 09:30 – 10:30
	29 septembre 2023, 09:30 – 10:30
	06 octobre 2023, 09:30 – 10:30
	13 octobre 2023, 09:30 – 10:30
	03 novembre 2023, 09:30 – 10:30
	10 novembre 2023, 09:30 – 10:30
	17 novembre 2023, 09:30 – 10:30
Prix du cours	150.00 CHF
Lieu	Ecole de Champlan – Salle 02 Ouest – Santé, bien-être Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Pigeon – Robatti Isabelle (079 832 93 00)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Prendre un tapis de yoga, une couverture, un petit coussin et une tenue confortable.

Pilates 2023 – Lundi 17h30

La méthode Pilates est un ensemble d'exercices variés visant à prévenir les maux de dos; acquérir une grande force abdominale; se muscler en longueur et non en masse; améliorer la souplesse, l'équilibre et la coordination; favoriser un travail efficace et relaxant grâce à une bonne respiration.

No de cours	33
Dates	28 août 2023, 17:30 – 18:30
	04 septembre 2023, 17:30 – 18:30
	11 septembre 2023, 17:30 – 18:30
	18 septembre 2023, 17:30 – 18:30
	25 septembre 2023, 17:30 – 18:30
	02 octobre 2023, 17:30 – 18:30
	09 octobre 2023, 17:30 – 18:30

	16 octobre 2023, 17:30 – 18:30
	30 octobre 2023, 17:30 – 18:30
	06 novembre 2023, 17:30 – 18:30
Prix du cours	150.00 CHF
Lieu	Ecole de Champlan – Salle 02 Ouest – Santé, bien-être Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Lorenz Michaela (079 563 13 80)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Prendre votre tapis de sol. Possibilité de s'inscrire toute l'année.

Pilates 2023 – Lundi 18h30

La méthode Pilates est un ensemble d'exercices variés visant à prévenir les maux de dos; acquérir une grande force abdominale; se muscler en longueur et non en masse; améliorer la souplesse, l'équilibre et la coordination; favoriser un travail efficace et relaxant grâce à une bonne respiration.

No de cours	34
Dates	28 août 2023, 18:30 – 19:30
	04 septembre 2023, 18:30 – 19:30
	11 septembre 2023, 18:30 – 19:30
	18 septembre 2023, 18:30 – 19:30
	25 septembre 2023, 18:30 – 19:30
	02 octobre 2023, 18:30 – 19:30
	09 octobre 2023, 18:30 – 19:30
	16 octobre 2023, 18:30 – 19:30
	30 octobre 2023, 18:30 – 19:30
	06 novembre 2023, 18:30 – 19:30
Prix du cours	150.00 CHF

Lieu	Ecole de Champlan – Salle 02 Ouest – Santé, bien-être Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Lorenz Michaela (079 563 13 80)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Prendre votre tapis de sol. Possibilité de s'inscrire toute l'année.

Chi Gong 2023

Le Chi Gong est reconnu comme gymnastique de longue vie. Il consiste en une suite de mouvements et de déplacements s'exécutant lentement, accompagnés par une respiration consciente et profonde. Il procure à la fois détente et énergie, il développe la concentration, la souplesse et le tonus musculaire. Ouvert à toute personne, jeune ou âgée. Tenue de gym, baskets légères ou chaussettes antidérapantes.

No de cours	35
Dates	13 septembre 2023, 14:00 – 15:30 20 septembre 2023, 14:00 – 15:30 27 septembre 2023, 14:00 – 15:30 04 octobre 2023, 14:00 – 15:30 11 octobre 2023, 14:00 – 15:30 08 novembre 2023, 14:00 – 15:30 15 novembre 2023, 14:00 – 15:30 22 novembre 2023, 14:00 – 15:30 29 novembre 2023, 14:00 – 15:30 06 décembre 2023, 14:00 – 15:30
Prix du cours	220.00 CHF
Lieu	Ecole de Champlan – Salle 02 Ouest – Santé, bien-être Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Clivaz Noëlla (078 914 09 84)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)

Remarques Ouvert aussi aux débutants.
Possibilité de s'inscrire toute l'année.

Stage de Yoga

Découvrir ou approfondir sa pratique de yoga lors d'une matinée.
Durant 3 heures c'est rencontrer la méditation, les postures (asanas), les exercices de souffle (pranayama), la relaxation.

No de cours 36
Dates 07 octobre 2023, 09:30 – 12:30
Prix du cours 45.00 CHF
Lieu Ecole de Champlan – Salle 02 Ouest – Santé, bien-être
Rue de l'Ecole 54
1971 Champlan
Animateurs/-trices Pigeon – Robatti Isabelle (079 832 93 00)
Responsable Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques prendre vêtements confortables, tapis de yoga, couverture, coussin ou coussin de méditation.

Pilates 2023 – Lundi 15h50

La méthode Pilates est un ensemble d'exercices variés visant à prévenir les maux de dos; acquérir une grande force abdominale; se muscler en longueur et non en masse; améliorer la souplesse, l'équilibre et la coordination; favoriser un travail efficace et relaxant grâce à une bonne respiration.

No de cours 37
Dates 30 octobre 2023, 15:50 – 16:50
06 novembre 2023, 15:50 – 16:50
13 novembre 2023, 15:50 – 16:50
20 novembre 2023, 15:50 – 16:50
27 novembre 2023, 15:50 – 16:50
04 décembre 2023, 15:50 – 16:50

	11 décembre 2023, 15:50 – 16:50
	18 décembre 2023, 15:50 – 16:50
	08 janvier 2024, 15:50 – 16:50
	15 janvier 2024, 15:50 – 16:50
Prix du cours	150.00 CHF
Lieu	Ecole de Champlan – Salle 02 Ouest – Santé, bien-être Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Ledroit Anne (079 561 99 37)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Prendre votre tapis de sol. Possibilité de s'inscrire toute l'année.

Pilates 2023 – Jeudi 9h30

La méthode Pilates est un ensemble d'exercices variés visant prévenir les maux de dos; acquérir une grande force abdominale; se muscler en longueur et non en masse; améliorer la souplesse, l'équilibre et la coordination; favoriser un travail efficace et relaxant grâce à une bonne respiration.

No de cours	38
Dates	02 novembre 2023, 09:30 – 10:30
	09 novembre 2023, 09:30 – 10:30
	16 novembre 2023, 09:30 – 10:30
	23 novembre 2023, 09:30 – 10:30
	30 novembre 2023, 09:30 – 10:30
	07 décembre 2023, 09:30 – 10:30
	14 décembre 2023, 09:30 – 10:30
	21 décembre 2023, 09:30 – 10:30
	11 janvier 2024, 09:30 – 10:30
	18 janvier 2024, 09:30 – 10:30
Prix du cours	150.00 CHF

Lieu	Ecole de Champlan – Salle 02 Ouest – Santé, bien-être Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Ledroit Anne (079 561 99 37)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Prendre votre tapis de sol. Possibilité de s'inscrire toute l'année.

Saveurs et senteurs

"Le restaurant à la maison" – Goûter des enfants

Confectionner différents petits gâteaux pour les goûters de vos enfants.

No de cours	39
Dates	23 septembre 2023, 14:00 – 17:00
Prix du cours	45.00 CHF
Prix du matériel	10.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Cuisine du CO Ayent
Animateurs/–trices	Boilay Boris (078 249 54 04)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)
Remarques	Le prix du matériel peut varier de Fr. 10.-- à 25.--.

Les pickles "petits légumes apéro au vinaigre"

Réaliser vos propres bocaux de légumes au vinaigre pour apéros entre amis, les raclettes et les petits encas.

No de cours	40
Dates	12 octobre 2023, 14:00 – 16:00
Prix du cours	30.00 CHF
Prix du matériel	15.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Cave de l'Adret rue des Ecoles 51 1971 Champlan
Animateurs/–trices	Roux Joëlle (078 916 19 02)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)

Remarques Matériel fourni (bocal/légumes). Le tout vous sera fourni à la fin du cours.

A la découverte du gin

Pour vous faire voyager : venez découvrir les 6 gins du monde.

No de cours	41
Dates	12 octobre 2023, 16:00 – 17:30
Prix du cours	22.00 CHF
Lieu	Cave de l'Adret rue des Ecoles 51 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Roux Salomé (079 632 87 36)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)
Remarques	Un gin tonic de votre gin préféré vous sera offert à la fin du cours.

"Le restaurant à la maison" – Chasse et champignons

Préparation d'un menu de chasse que vous pourrez emporter chez vous la sous la responsabilité d'un chef cuisinier.

No de cours	42
Dates	14 octobre 2023, 14:00 – 17:00
Prix du cours	45.00 CHF
Prix du matériel	20.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Cuisine du CO Ayent
Animateurs/-trices	Boilay Boris (078 249 54 04)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)
Remarques	Le prix du matériel peut varier de Fr. 10.-- à 25.--.

"Le restaurant à la maison" – Atelier foie gras.

Travailler le foie gras sous différentes formes pour vos menus de fêtes.

No de cours	43
Dates	23 décembre 2023, 14:00 – 17:00
Prix du cours	45.00 CHF
Prix du matériel	20.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Cuisine du CO Ayent
Animateurs/–trices	Boilay Boris (078 249 54 04)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)
Remarques	Le prix du matériel peut varier de Fr. 20.– à 40.– frs

Visite d'une distillerie de Whisky

Découverte de la fabrication de Whisky à la distillerie Swhisky à Ardon. Venez découvrir les différentes étapes de la fabrication et déguster la production.

No de cours	44
Dates	02 février 2024, 19:00 – 22:00
Prix du cours	30.00 CHF
Lieu	Distillerie Swhisky, maison les Vignettes.
Animateurs/–trices	Delaloye Alex (027 306 44 79)
Responsable	Angéloz Emilie (079 717 00 20)
Remarques	Co-voiturage depuis Saint-Romain et Champlan.

Les Whiskys du monde

Le temps d'une soirée venez découvrir et déguster des whiskys du monde entier au son de la cornemuse à la distillerie Swhisky à Ardon

No de cours	45
Dates	01 mars 2024, 19:00 – 22:00
Prix du cours	30.00 CHF
Prix du matériel	30.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Distillerie Swhisky, maison les Vignettes.
Animateurs/-trices	Delaloye Alex (027 306 44 79)
Responsable	Angéloz Emilie (079 717 00 20)
Remarques	Co-voiturage depuis Saint-Romain et Champlan.

"Le restaurant à la maison" – Arrivée du printemps (confiture, dessert, etc)

Confectionner des confitures et des desserts avec les fruits du moment.

No de cours	57
Dates	16 mars 2024, 14:00 – 17:00
Prix du cours	45.00 CHF
Prix du matériel	20.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Cuisine du CO Ayent
Animateurs/-trices	Boilay Boris (078 249 54 04)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)
Remarques	Le prix du matériel peut varier de Fr. 10.-- à 25.--.

A la découverte du gin

Pour vous faire voyager : venez découvrir les 6 gins du monde.

No de cours	59
Dates	25 mai 2024, 16:00 – 17:30
Prix du cours	22.00 CHF
Lieu	Cave de l'Adret rue des Ecoles 51 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Roux Salomé (079 632 87 36)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)
Remarques	Un gin tonic de votre gin préféré vous sera offert à la fin du cours.

Les pickles *petits légumes apéro au vinaigre*

Réaliser vos propres bocaux de légumes au vinaigre pour apéros entre amis, les raclettes et les petits encas.

No de cours	61
Dates	01 juin 2024, 14:00 – 16:00
Prix du cours	30.00 CHF
Prix du matériel	15.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Cave de l'Adret rue des Ecoles 51 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Roux Joëlle (078 916 19 02)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)
Remarques	Matériel fourni (bocal/légumes). Le tout vous sera fourni à la fin du cours.

Sports

Cardio-training et CAF 2023

Cours de cardio-training et CAF (Cuisses, Abdos, Fessiers). Excellent cours pour tonifier tout le bas du corps et garder la forme en entrainant son cœur avec des exercices de cardio.

No de cours	46
Dates	30 août 2023, 09:00 – 10:00 06 septembre 2023, 09:00 – 10:00 13 septembre 2023, 09:00 – 10:00 20 septembre 2023, 09:00 – 10:00 27 septembre 2023, 09:00 – 10:00 04 octobre 2023, 09:00 – 10:00 11 octobre 2023, 09:00 – 10:00 18 octobre 2023, 09:00 – 10:00 08 novembre 2023, 09:00 – 10:00 15 novembre 2023, 09:00 – 10:00
Prix du cours	150.00 CHF
Lieu	Ecole de Champlan – Salle 02 Ouest – Santé, bien-être Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Constantin Stéphanie (076 512 86 72)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Prendre un tapis de gym avec soi

Cardio-training et CAF 2023 à 10h00

Cours de cardio-training et CAF (Cuisses, Abdos, Fessiers). Excellent cours pour tonifier tout le bas du corps et garder la forme en entrainant son cœur avec des exercices de cardio.

No de cours	47
Dates	30 août 2023, 10:00 – 11:00 06 septembre 2023, 10:00 – 11:00 13 septembre 2023, 10:00 – 11:00 20 septembre 2023, 10:00 – 11:00 27 septembre 2023, 10:00 – 11:00 04 octobre 2023, 10:00 – 11:00 11 octobre 2023, 10:00 – 11:00 18 octobre 2023, 10:00 – 11:00 08 novembre 2023, 10:00 – 11:00 15 novembre 2023, 10:00 – 11:00
Prix du cours	150.00 CHF
Lieu	Ecole de Champlan – Salle 02 Ouest – Santé, bien-être Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Constantin Stéphanie (076 512 86 72)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Prendre un tapis de gym avec soi

Unipop Juniors

Créer un attrape rêve. Cours pour enfants dès 8 ans

Tu fais des cauchemars, tu as des angoisses et tu ne sais pas comment t'en débarrasser pour t'endormir sereinement, viens à ce cours réalisé spécialement pour toi, à la découverte du monde amérindien.

No de cours	48
Dates	04 octobre 2023, 14:00 – 16:00
Prix du cours	30.00 CHF
Prix du matériel	10.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Rêve d'artiste (anciennement Bricola Sion) rte de Vissigen 36 1950 Sion
Animateurs/-trices	Roger Melissa (078 823 76 06)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)
Remarques	Si tu as chez toi des plumes, des perles ou d'autres accessoires, prends-les avec toi pour personnaliser ton attrape rêves.

Atelier découverte des animaux (dès 6 ans)

Viens découvrir les animaux de Laetitia à travers des ateliers ludiques et créatifs : parcours, jeux, caresses, nourrissage, balade originale etc. Une collation sera offerte autour d'un quizz et des surprises seront au rendez-vous !!!

No de cours	49
Dates	11 octobre 2023, 14:00 – 16:00
Prix du cours	30.00 CHF
Lieu	Wyer-Biffiger Laetitia ch. de la Roua 46 1965 Ormône (Savièse)

Animateurs/-trices	Wyer-Biffiger Laetitia (078 641 00 67)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)
Remarques	En cas de très mauvais temps : annulation – Prévoir bottes de pluie et tenue adaptée.

Atelier création de bracelet pour enfants 7–12 ans

Aimerais-tu découvrir les minéraux et leurs bienfaits puis confectionner ton bracelet 100 % personnalisé ? Alors rendez-vous au pavillon Harmonie

No de cours	50
Dates	11 octobre 2023, 16:30 – 18:00
Prix du cours	22.00 CHF
Prix du matériel	10.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Pavillon Harmonie rte de l'Etang 82 1971 Grimisuat
Animateurs/-trices	Roux-Pamerleau Chantal (078 612 45 02)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)

Matin-câlins : un adulte et un enfant préscolaire (1–5 ans)

Partez à la découverte de deux animaux. Activités ludiques et soins apportés aux animaux : nourrissage, caresses, promenades originales etc.

Une collation est offerte, le temps de raconter une histoire sur un des animaux de la matinée.

Une petite attention particulière est réservée à chaque enfant.

No de cours	51
Dates	18 octobre 2023, 09:00 – 10:30
Prix du cours	22.00 CHF

Lieu	Wyer-Biffiger Laetitia ch. de la Roua 46 1965 Ormône (Savièse)
Animateurs/-trices	Wyer-Biffiger Laetitia (078 641 00 67)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)
Remarques	En cas de très mauvais temps : annulation. Prévoir botte de pluie et tenue adaptée.

Calligraphie Japonaise : Initiation Junior

Aimerais-tu faire un atelier totalement différent...pourquoi pas la calligraphie japonaise ? Avec des pinceaux et de l'encre de chine, tu apprendras à écrire en japonais et à créer ta propre œuvre. 3H à 8H

No de cours	52
Dates	18 novembre 2023, 09:30 – 11:00
Prix du cours	22.00 CHF
Prix du matériel	5.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Ancienne Ecole de Champlan – Salle 01 – Formation Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/-trices	Kaneto Rika (079 268 46 03)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Prendre de vieux journaux et un tablier ou des habits pas dommages

Calligraphie japonaise Junior – Noël

Ho ho ho, Noël approche... Tu as envie de faire un bricolage de Noël différent de d'habitude ? Alors viens dans le monde japonais ! Avec des pinceaux et de l'encre, tu pourras apprendre à écrire ton nom en japonais et tu découvriras pleins de choses sur la calligraphie japonaise !

No de cours	53
--------------------	----

Dates	16 décembre 2023, 09:30 – 11:00
Prix du cours	22.00 CHF
Prix du matériel	5.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Ancienne Ecole de Champlan – Salle 01 – Formation Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/–trices	Kaneto Rika (079 268 46 03)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Les participants doivent se munir de vieux journaux et d'un tablier pour ne pas se salir.

Calligraphie japonaise Junior – Pâques

Tu aimes le lapin de Pâques ? Tu as envie de faire un bricolage de Pâques différent de d'habitude ? Alors viens dans le monde japonais ! Avec des pinceaux et de l'encre, tu pourras apprendre à écrire ton nom en japonais et tu découvriras pleins de choses sur la calligraphie japonaise !

No de cours	54
Dates	23 mars 2024, 09:30 – 11:00
Prix du cours	22.00 CHF
Prix du matériel	5.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Ancienne Ecole de Champlan – Salle 01 – Formation Rue de l'Ecole 54 1971 Champlan
Animateurs/–trices	Kaneto Rika (079 268 46 03)
Responsable	Dolt Nathalie (076 675 66 40)
Remarques	Les participants doivent se munir de vieux journaux et d'un tablier pour ne pas se salir.

Atelier création de bracelet pour enfants 7–12 ans

Aimerais-tu découvrir les minéraux et leurs bienfaits puis confectionner ton bracelet 100 % personnalisé ? Alors rendez-vous au pavillon Harmonie

No de cours	56
Dates	10 avril 2024, 16:30 – 18:00
Prix du cours	22.00 CHF
Prix du matériel	10.00 CHF
Facturation du matériel	Cette somme sera encaissée directement par le professeur au début du cours
Lieu	Pavillon Harmonie rte de l'Etang 82 1971 Grimisuat
Animateurs/–trices	Roux–Pamerleau Chantal (078 612 45 02)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)

Matin–câlins : un adulte et un enfant préscolaire (1–5 ans)

Partez à la découverte de deux animaux. Activités ludiques et soins apportés aux animaux : nourrissage, caresses, promenades originales etc.

Une collation est offerte, le temps de raconter une histoire sur un des animaux de la matinée.

Une petite attention particulière est réservée à chaque enfant.

No de cours	58
Dates	22 mai 2024, 09:00 – 10:30
Prix du cours	22.00 CHF
Lieu	Wyer–Biffiger Laetitia ch. de la Roua 46 1965 Ormône (Savièse)
Animateurs/–trices	Wyer–Biffiger Laetitia (078 641 00 67)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)
Remarques	En cas de très mauvais temps : annulation. Prévoir botte de pluie et tenue adaptée.

Atelier découverte des animaux (dès 6 ans)

Viens découvrir les animaux de Laetitia à travers des ateliers ludiques et créatifs : parcours, jeux, caresses, nourrissage, balade originale etc. Une collation sera offerte autour d'un quizz et des surprises seront au rendez-vous !!!

No de cours	60
Dates	29 mai 2024, 14:00 – 16:00
Prix du cours	30.00 CHF
Lieu	Wyer-Biffiger Laetitia ch. de la Roua 46 1965 Ormône (Savièse)
Animateurs/-trices	Wyer-Biffiger Laetitia (078 641 00 67)
Responsable	Salamolard Delphine (079 554 57 63)
Remarques	En cas de très mauvais temps : annulation – Prévoir bottes de pluie et tenue adaptée.