



Association Valaisanne d'Entraide Psychiatrique

Monthey : Martoret 31 a

Sion : Rue des Tanneries 4

Téléphone : 024 471 40 18

Courriel : animation@avep-vs.ch

www.avep-vs.ch

Permanences d'accueil et d'information :

Monthey

Mardi : 17h à 18h30

Mercredi : 14h à 17h15

Vendredi : 9h à 12h et 13h45 à 17h

Sion

Mercredi : 9h à 12h et jeudi de 17h à 18h30

Permanence réservée aux proches :

1er jeudi du mois : 16h30 - 17h

Permanence à l'hôpital de Malévoz :

1^{er} mardi du mois : 10h30-11h30 à la Cafétéria

3ème mardi du mois : 15h-16h à la Buvette

Agenda chronologique des activités

Mars 2020

Lundi	02	Monthey	11:00 – 16:30	Cours : « Je fais des économies grâce au tri sélectif et au recyclage » - Visite de la SATOM prévue. Repas compris - Part. CHF 7.- Inscription souhaitée.	
Mardi	03	Monthey	10:30 – 11:30	Permanence à la cafétéria de l'Hôpital de Malévoz	
			14:30 – 17:00	Groupe de soutien et d'entraide autour du thème : « mon rapport à l'argent, faire au mieux avec peu ».	
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information	
Mercredi	04	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre – accueil Espace d'expression et de créativité libre	
			10 :00 – 11:30	Gym douce et relaxation	
		Monthey	14:00 – 17:15	Atelier pâtisserie : kouglof Café rencontre / accueil	
Jeudi	05	Monthey	16:30 – 17:00	Groupe de proches « Le Fil d'Ariane » - Permanence d'accueil et d'information	
			17:00	Groupe de proches « Le Fil d'Ariane » - Groupe de parole	
		Sion	17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information	
			18:30	Soirée pizzeria au Sinbad- l'AVEP participe à raison de 8.- par personne	
Vendredi	06	Monthey	09:00 – 12:00	Café rencontre / accueil Atelier création pour le projet exposition autour du thème du bonheur	
			13:45 – 17:00	Café rencontre / accueil	
				Balade douce – RDV à l'AVEP	
Lundi	09	Monthey	10:00	Marche : sentier du sel à Bex - prendre un pique-nique	
Mardi	10	Monthey	15:00 – 17:00	Initiation à la méditation - accueil dès 14h45	
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information	
			18 :30	Soirée jeux à Monthey – apporter son pique-nique	
Mercredi	11	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre – accueil Espace d'expression et de créativité libre	
			Monthey	14:00 – 17:15	Atelier échange de savoir-faire : décoration de Pâques avec des produits naturels Café rencontre / accueil
Jeudi	12	Sion	14:30 - 17:00	Atelier pâtisserie	
			17:00 - 18:30	Permanence d'accueil et d'information	
		Monthey	19:00 - 21:00	Café-partage sur le thème du burn-out Inscription souhaitée au 024 471 40 23 ou au 076 419 23 29	

Vendredi	13	Monthey	09:00 - 12:00	Café rencontre / accueil Espace libre informatique - multimédia
			13:45 - 17:00	Café rencontre / accueil Balade douce – RDV à l'AVEP
Samedi	14	Monthey	13:00	Sortie à l'exposition « A fleur de peau » des peintres de Vienne 1900 au Musée des Beaux-Arts de Lausanne.
Lundi	16			Journées de la Schizophrénie - programme à déterminer
Mardi	17	Monthey	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 « Et si on parlait psy... Maladie psychique et désir d'enfants » avec Alison Banfi psychologue spécialisée
Mercredi	18	Sion	09:00 - 12:00	Café-rencontre – accueil Espace d'expression et de créativité libre
		Monthey	14:00 - 17:15	Atelier échange de savoir-faire : décoration de Pâques avec des produits naturels Café rencontre / accueil
Jeudi	19			Férié Saint Joseph
Vendredi	20	Monthey	09:00 - 12:00	Café rencontre / accueil Espace libre informatique - multimédia
			13:45 - 17:00	Café rencontre / accueil Balade douce – RDV à l'AVEP
Lundi	23	Monthey	10:00-14:00	Cours -Repas partage et échanges autour du thème : « Le rétablissement » Part. CHF 7.- Inscription
Mardi	24	Monthey	14:30 - 17:00	Atelier d'écriture – accueil dès 14h15 – Inscription souhaitée
			17:00 - 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Mercredi	25	Sion	09:00 - 12:00	Café-rencontre – accueil Espace d'expression et de créativité libre
		Monthey	14:00 - 17:15	Atelier échange de savoir-faire : décoration de Pâques avec des produits naturels Café-rencontre/accueil
Jeudi	26	Sion	14:30 - 17:00	Groupe de soutien et d'entraide autour du thème : « Quel regard je porte sur moi ? »
			17:00 - 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Vendredi	27	Monthey	09:00 - 12:00	Café rencontre / accueil Espace libre informatique - multimédia
			13:45 - 17:00	Café rencontre / accueil Balade douce – RDV à l'AVEP
Samedi	28	Monthey Martigny	10:30 11:00	Raclette au restaurant Raclett'House et bisse de la Ravine à Bruson. L'AVEP participe à raison de 8.- Frs par personne.
Lundi	30	Monthey Martigny	10:00 10:30	Marche aux Iles à Sion. Prendre un pique-nique
Mardi	31	Monthey	14:30-17:00	Après-midi jeux à l'AVEP
			17:00 - 18:30	Permanence d'accueil et d'information