



Association Valaisanne d'Entraide Psychiatrique

Monthey : Martoret 31a

Sion : Rue de Lausanne 69

024 471 40 18

animation@avep-vs.ch

www.avep-vs.ch

Permanences d'accueil et d'information :

Monthey

Mardi : 17h00-18h30

Vendredi : 9h00-12h00 et 13h45-17h00

Sion

Mercredi : 9h00-12h00

Jeudi : 17h00-18h30

Permanence réservée aux proches :

1^{er} jeudi du mois : 16h30-17h00

Permanence à l'Hôpital de Malévoz :

1^{er} mardi du mois : 10h30-11h30 au Muguex

3^{ème} mardi du mois : 15h00-16h00 à la Buvette

**Pour tout déplacement
en minibus lors des
sorties prévoir CHF 4.-**

Agenda chronologique des activités Novembre 2021

Lundi	01	Férié - Toussaint		
Mardi	02	Monthey	09:00 – 12:00	Atelier créatif : projet artistique avec la HETS
			13:30 – 16:30	Part. CHF 15.- pour les 5 ateliers
			10:30 – 11:30	Permanence au Muguex à l'Hôpital de Malévoz
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Mercredi	03	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / accueil Espace d'expression et de créativité libre
			13:30 – 16:30	Balade à la SPA d'Ardon
Jeudi	04	Sion	14:30 – 17:00	Après-midi jeux
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
		Monthey	17:00	Groupe de rencontre des proches « Le Fil d'Ariane » - accueil et information dès 16h30
Vendredi	05	Monthey	09:00 – 12:00	Café-rencontre / accueil Espace libre informatique
			13:45 – 17:00	Café-rencontre / accueil
				Balade douce – RDV à l'AVEP
Samedi	06	Monthey	13:00	Musée Gianadda – exposition Caillebotte - Part. CHF 7.-
Lundi	08	Monthey	09:00 – 12:00 13:30 – 16:30	Atelier créatif : projet artistique avec la HETS Part. CHF 15.- pour les 5 ateliers
Mardi	09	Monthey	09:00 – 12:00 13:30 – 16:30	Atelier créatif : projet artistique avec la HETS Part. CHF 15.- pour les 5 ateliers
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Mercredi	10	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / accueil Espace d'expression et de créativité libre
			13:30 – 16:30	Bowling aux Rottes de Conthey - Part. CHF 8.-
Jeudi	11	Sion	14:30 – 17:00	Atelier peinture et dessin - Part. CHF 4.-
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information

Novembre 2021

Vendredi	12	Monthey	09:00 – 12:00	Café-rencontre / accueil Espace libre informatique
			13:45 – 17:00	Café-rencontre / accueil Balade douce – RDV à l'AVEP
Dimanche	14		Dès 14:30	Groupe d'échanges autogéré par les membres via Skype – inscription auprès de l'AVEP
Lundi	15	Monthey	09:00 – 12:00 13:30 – 16:30	Atelier créatif : projet artistique avec la HETS Part. CHF 15.- pour les 5 ateliers
Mardi	16	Monthey	09:00 – 12:00 13:30 – 16:30	Atelier créatif : projet artistique avec la HETS Part. CHF 15.- pour les 5 ateliers
			15:00 – 16:00	Permanence à la Buvette de l'Hôpital de Malévoz
			17:00 – 18:30 18:30	Permanence d'accueil et d'information Soirée thématique <i>Et si on parlait psy...</i> : « Troubles psychiques : le rôle des proches en question » avec Jessé Curchod, infirmier spécialiste clinique, Pôle de Psychiatrie et Psychothérapie du Valais Romand, Hôpital du Valais
Mercredi	17	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / accueil Espace d'expression et de créativité libre
			13:30 – 16:30	Visite du Musée de la Nature à Sion
Jeudi	18	Sion	14:30 – 17:00	Atelier peinture et dessin - Part. CHF 4.-
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Vendredi	19	Monthey	09:00 – 12:00	Café-rencontre / accueil Préparation de la crèche
			13:45 – 17:00	Café-rencontre / accueil Préparation de la crèche
Vendredi Samedi Dimanche	19 20 21		Horaire à définir	Week-end découverte à Fribourg - inscription auprès de l'AVEP
Lundi	22	Monthey	10:00	Marche : Les Grangettes - prendre un pique-nique
Mardi	23	Monthey	14:30 – 17:00	Atelier d'expression écrite – accueil dès 14h15 – inscription souhaitée
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Mercredi	24	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / accueil Espace d'expression et de créativité libre
			13:30 – 16:30	Balade au Lac de Géronde
Jeudi	25	Sion	14:30 – 17:00	Groupe de soutien et d'entraide : comment puis-je m'investir à l'AVEP ?
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Vendredi	26	Monthey	09:00 – 12:00	Café-rencontre / accueil Espace libre informatique
			13:45 – 17:00	Café-rencontre / accueil Balade douce – RDV à l'AVEP
Dimanche	28		Dès 14:30	Groupe d'échanges autogéré par les membres via Skype – inscription auprès de l'AVEP
Lundi	29	Monthey Martigny	10:00 10:30	Marche : bisse du Trient – prendre un pique-nique
Mardi	30	Monthey	15:00 – 17:00	Initiation à la méditation et au yoga - accueil dès 14h45 - prendre un tapis - inscription souhaitée
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information