



Association Valaisanne d'Entraide Psychiatrique

Monthey : Martoret 31 a

Sion : Rue des Tanneries 4

Téléphone : 024 471 40 18

E-Mail : 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 AVEP

Août 2019

Jeudi		01		Férié – Fête Nationale	
Vendredi	02	Monthey	09:00 – 12:00	Café rencontre / accueil	
			13:45 – 17:00	Espace libre informatique - multimédia	
				Café rencontre / accueil	
				Balade douce – RDV à l'AVEP	
Lundi	05	Monthey	10:30 – 15:30	Journée préparation séjour Tessin avec repas en commun	
Mardi	06	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 : Vivre sa relation de couple et/ou ses relations familiales	
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information	
Mercredi	07	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre – accueil	
		Monthey	14:00 – 17:15	Espace d'expression et de créativité libre	
				Atelier pâtisserie/Activité échange de savoir faire	
				Café-rencontre/accueil	
Jeudi	08	Sion	15:00 – 19:30	Cours « J'apprends à voyager à travers la culture et la cuisine et grecque »	
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information	
		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 partage	
Vendredi	09	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	10	Monthey Martigny	10:30 11:00	Sortie zoo et piscine aux Marécottes – part. CHF 8.- prendre un pique-nique	
Lundi	12	Monthey Martigny	10:00 11:00	Marche : Sentier didactique de la Tzoumaz - prendre un pique-nique	
Mardi	13	Monthey	13:30 – 17:00	Sortie loisir : Sortie à la Gouille de Saint Triphon – prendre son maillot de bain pour celles et ceux qui souhaitent	
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information	



Association Valaisanne d'Entraide Psychiatrique

Monthey : Martoret 31 a

Sion : Rue des Tanneries 4

Téléphone : 024 471 40 18

E-Mail : animation@avep-vs.ch

www.avep-vs.ch

Mercredi	14	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 : peinture collective sur papier Café-rencontre/accueil
Jeudi	15	Férié - Assomption		
Vendredi	16	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	19	Monthey	10h	Départ séjour Tessin
Mardi	20	Monthey	15:00 – 17:00	Initiation à la Méditation - accueil dès 14h45
			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 : hypnose et approche corporelle, refaire le lien avec son corps et son esprit, renouer avec soi-même » avec Mmes Bruner et Schaller Roh infirmières hypnothérapeute et massothérapeute.
Mercredi	21	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 : peinture collective sur papier Café-rencontre/accueil
Jeudi	22	Sion	14:30 – 17:00	Gym douce et relaxation
			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 18 ou 076 419 23 29
Vendredi	23	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre – accueil
				Mise sous pli du programme de rencontre
Dimanche	25	Monthey	Vers 17:00	Retour séjour Tessin
Lundi	26	Monthey Martigny	10:00	Marche : Bisse du Trient - prendre un pique-nique
			10:30	
Mardi	27	Monthey	14:30 – 17:00	Atelier d'expression écrite – accueil dès 14h15
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Mercredi	28	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 : peinture collective sur papier Café rencontre / accueil
Jeudi	29	Sion	14:30 – 17:00	Groupe de soutien et d'entraide : « Aujourd'hui je me fais confiance »
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Vendredi	30	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	31	Monthey	13:00	Sortie au lac souterrain de Saint Léonard – part. CHF 5.-
		Martigny	13:30	
		Sion	14:00	