



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 Avril 2020

Mercredi	01	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 : tiramisu fraise rhubarbe		
				Café-rencontre		
Jeudi	02	Monthey	16:30 – 17:00	Groupe de proches « Le Fil d'Ariane » - Permanence d'accueil et d'information		
			Dès 17:00	Groupe de proches « Le Fil d'Ariane » - Groupe de partage		
		Sion	17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information		
			18:30	Repas curry indien. Part. 7.-		
Vendredi	03	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		
			Samedi	04	Monthey Martigny	Horaire à définir
Lundi	06	Monthey	10:00	Marche sentier de Provence à Ollon– prendre un pique-nique		
Mardi	07	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 : « s'impliquer à l'AVEP »		
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information		
Mercredi	08	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 : création de photophore au crochet. Part. 3.- Café-rencontre/accueil	
		Jeudi			09	Sion
			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 au 076 419 23 29				
		Vendredi	10		Férié – Vendredi Saint	
Lundi	13			Férié – Lundi de Pâques		
Mardi	14	Monthey	15:00-17:00	Initiation à la méditation – accueil dès 14h45		
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information		
			18:30	Repas végétarien. Part. 7.-		

Mercredi	15	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 : on s'occupe du jardin de l'AVEP Café-rencontre/accueil
Jeudi	16	Sion	11:00-14:30	Repas à partager avec le groupe - Part. CHF 7.-
			14:30 – 17:00	Café rencontre
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Vendredi	17	Monthey	09:00 – 12:00	Café-rencontre/accueil Espace libre informatique - multimédia
			09:00 – 17:00	Café-rencontre/accueil
				Balade douce – RDV à l'AVEP
Samedi	18	Monthey	10:00	Visite du Château de Prangins. Part. 4.-
Lundi	20	Monthey	10:00-14:00	Cours-Repas partage et échanges autour du thème : « ma relation amoureuse » - Part. CHF 7.- Inscription
Mardi	21	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... La Communication NonViolente » avec Nicolas Bagnoud formateur en CNV.
Mercredi	22	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 : on s'occupe du jardin de l'AVEP Café-rencontre/accueil
Jeudi	23	Sion	14:30 – 17:00	Balade douce
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Vendredi	24	Monthey	09:00 – 17:00	Café-rencontre/accueil Mise sous pli du programme de rencontre
Lundi	27	Monthey	10:00	Marche : balade au lac de Géronde à Sierre - prendre un pique-nique
		Martigny	10:30	
		Sion	11:00	
Mardi	28	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	29	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 : on s'occupe du jardin de l'AVEP
				Café-rencontre/accueil
Jeudi	30	Sion	14:30 – 17:00	Groupe de soutien et d'entraide autour du thème « donner du sens à ma vie »
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information