



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 pour tous :

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

Décembre 2019

Lundi	02	Monthey	13:30-18:00	Rencontre inter associative avec les membres de la fondation GRAAP - Vevey
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 : « Que représentent les fêtes de Noël et la fin de l'année pour chacun – comment les vit-on ? »
			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
		Monthey	14:00 – 17:15	Atelier pâtisserie : pain d'épices / Activité échange de savoir faire Café-rencontre
Jeudi	05	Sion	17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
			18:30	Préparation d'un repas Mexicain – Part. Frs. 8.-
		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	06	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	07	Monthey	13:00	Sortie : Noël au Château de Chillon - Part. Frs. 8.-
Lundi	09	Monthey	13:00	Marche : promenade au bord des quais depuis Montreux
Mardi	10	Monthey	15:00 – 17:00	Initiation à la Méditation - accueil dès 14h45
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Mercredi	11	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre – accueil Espace d'expression et de créativité libre
				Monthey

Jeudi	12	Sion	14:30-17:00	Confection de biscuits de Noël pour le marché de Sion
			17:00 – 18:00	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	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 Martigny Sion	10:30 11:00 11:30	Repas de fête de l'AVEP - Part. Frs. 10.- chacun apporte soit une entrée, soit un dessert ou des boissons - Inscription
Lundi	16	Monthey Martigny Sion	10:30 11:00 11:30	Cours d'Initiation à la zoothérapie avec l'association Animaux au Grand Cœur à Grimisuat. Part. Frs. 8.- apporter son pique nique.
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... Les médicaments en psychiatrie, meilleurs amis ou pires ennemis » – Avec Dr. Vincent Remillieux - médecin psychiatre.
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 : confection de biscuits pour le marché de Noël Café-rencontre/accueil
Jeudi	19	Sion	13:30 – 21:00	Stand de l'AVEP au marché de Noël de Sion
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information au stand du marché de Noël à Sion
Vendredi	20	Monthey	09:00 – 17:00	Café rencontre / accueil Mise sous pli du programme d'activités - repas compris - inscription
Lundi	23	Monthey	10:00 – 14:00	Repas partage et échange autour du thème : Dépendance et relation de couple. part. CHF 5.- Inscription
Mardi	24	Monthey	14:30 – 17:00	Atelier d'expression écrite – accueil dès 14h15
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Mercredi	25	Férié – Fête de Noël		
Jeudi	26	Férié – Fête de Noël		
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
Lundi	30	Monthey	13 :00	Marche : Bouveret - Grangettes
Mardi	31	Monthey	14:00 - 17 :00	Après-midi jeux et goûter festif – chacun peut apporter des jeux et des gâteaux
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information