



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 Juillet 2019

Mardi	02	Monthey	10:30 – 11:30	Permanence à la cafétéria de l'Hôpital de Malévoz
			14:30 – 17:00	Groupe de soutien et d'entraide : apprendre à gérer son temps pour se reposer, se ressourcer
			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
		Monthey	14:00 – 17:15	Atelier pâtisserie/Activité échange de savoir faire Café-rencontre
Jeudi	04	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	Pique-nique aux îles - chacun amène un plat à partager
Vendredi	05	Monthey	09:00 – 12:00	Permanence d'accueil et d'information Espace libre informatique - multimédia
			13:45 – 17:00	Permanence d'accueil et d'information Balade douce – RDV à l'AVEP
Samedi	06	Monthey Martigny	9:00 9:30	Sortie au marché de Chamonix et balade. Part. CHF 10.- – prendre des euros
Lundi	08	Monthey	10:00	Marche : Sentier des planètes à Morgins – prendre un pique-nique
Mardi	09	Monthey	13:30 – 17:00	Sortie loisir : Minigolf à Villeneuve. Part. CHF 5.-
			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
			Monthey	14:00 – 17:15
		Jeudi	11	Sion
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	12	Monthey	09:00 – 12:00	Café-rencontre/accueil Espace libre informatique - multimédia
			13:45 – 17:00	Café-rencontre/accueil Balade douce – RDV AVEP
Lundi	15	Monthey	10:00 – 14:00	Repas partage sur le thème : comment je vis les changements dans ma vie - part. CHF 5.-
Mardi	16	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 : accompagner les personnes sur leur chemin de deuil » avec Mme Gema Villiger, association l'Aiguillée
Mercredi	17	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 : œuvres créatives avec des matériaux récupérés de la nature – Land art Café-rencontre/accueil
Jeudi	18	Sion	14:30 – 17:00	Jouons avec les mots – atelier d'expression écrite
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Vendredi	19	Monthey	09:00 – 12:00	Café-rencontre/accueil Espace libre informatique - multimédia
			13:45 – 17:00	Café-rencontre/accueil Balade douce – RDV AVEP
Samedi	20	Monthey	11:30	Visite des Mines de Sel de Bex – prendre son pique-nique
Lundi	22	Monthey Martigny	10:00 10:30	Marche : Barrage d'Emosson – prendre un pique-nique
Mardi	23	Monthey	14:30 – 17:00	Atelier d'expression écrite - accueil dès 14h15
			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
		Monthey	14:00 – 17:15	Atelier échange de savoir-faire : œuvres créatives avec des matériaux récupérés de la nature - Land art Café-rencontre/accueil
Jeudi	25	Sion	14:30 – 17:00	Groupe de soutien et d'entraide : « Si j'avais une baguette magique ... »
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Vendredi	26	Monthey	09:00 – 12:00	Café-rencontre/accueil Espace libre informatique - multimédia
			13:45 – 17:00	Café-rencontre/accueil Balade douce – RDV AVEP
Lundi	29	Monthey	13:30 – 17:30	Cours « Prendre soin de soi et de son image grâce aux soins du visage » Marianne Défago, coach en relooking.
Mardi	30	Monthey	14:00-17:00	Groupe de rencontre : nous organisons notre séjour au Tessin
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information