



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 Octobre 2018

Lundi	01		10:00	Marche : Derborence - prendre un pique-nique Départ Monthey 10h - Martigny (Cristal) 10h30
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 : Savoir demander et savoir dire non
			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 : biscuits smileys pour la Journée Mondiale de la Santé Mentale 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 parole
		Sion	13:30 – 17:30	Cours fabriquer ses cosmétiques. Frs. 5.-
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
	18:30	Soirée loisir : Brisolée - chacun apporte quelque chose à partager avec le groupe		
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 Atelier chant - ouvert à toutes et à tous
Samedi	06		13:00	Sortie à la Ferme de l'Arche des Crétilons Départ Monthey 13h00 - Martigny (Cristal) 13h30 – Sion (Gare CFF) 14h00
Lundi	08		09:00 - 14:30	Atelier théâtre - repas en commun CHF 5.-
Mardi	09	Monthey	13:30 – 17:30	Atelier danse au Théâtre du Crochetan - autour du film « Une jeune fille de 90 ans »
			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	Atelier échange de savoir-faire : réalisation d'une crèche créative Café-rencontre
			11:30	Journée Mondiale de la Santé Mentale à Sierre Départ Monthey 11h30 - Martigny (Cristal) 12h00 – Sion (Gare CFF) 12h30
Jeudi	11	Sion	14:30 – 17:00	Atelier encre de Chine
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
		Monthey	19:30 – 21:00	Café-partage sur le thème du burn-out – Inscription souhaitée auprès de Marianne et Anne-Marie au 076 419 23 29

Vendredi	12	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 Activité physique de bien-être à la Maison du Monde – RDV AVEP
Lundi	15		10:00	Marche : Sentier des mines au col des Planches- prendre un pique-nique Monthey à 10h - Martigny (Cristal) 10h30
Mardi	16	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 » - Présentation de l'association Pars Pas avec Nathalie Reynard - Resp. des Prestations
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 : réalisation d'une crèche créative Café-rencontre
Jeudi	18	Sion	14:30 – 17:30	Atelier d'expression écrite
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Vendredi	19	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 Activité physique de bien-être à la Maison du Monde – RDV AVEP
			19 :15	Spectacle de danse « Pourquoi ne sais-tu pas marcher dans la neige ? » au Théâtre du Raccot - Part. 10.-
Dimanche	21			Sortie Cirque Knie - Prendre un pique-nique Monthey (AVEP) 9h - Martigny (Cristal) 9h30 - Sion 10h (Place des Potences)
Lundi	22	Monthey	14:00 – 17:00	Atelier théâtre
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 : réalisation d'une crèche créative Café-rencontre
Jeudi	25	Sion	14:30 – 17:00	Groupe de soutien et d'entraide : Préparation du prochain programme
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
Vendredi	26	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 Activité physique de bien-être à la Maison du Monde – RDV AVEP
Lundi	29	Monthey	10:00	Marche : Galeries Défago à Champéry - prendre un pique-nique
Mardi	30	Monthey	15:00 – 17:00	Initiation à la méditation
			17:00 – 18:30	Permanence d'accueil et d'information
			18 :30	Sortie au bowling de Martigny - part. CHF 5.-
Mercredi	31	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 : réalisation d'une crèche créative Café-rencontre
				Préparation du prochain programme d'activités janvier à avril 2019