

AVEP

Association valaisanne
d'entraide psychiatrique

Rapport d'activité

2021





Créée en 2005, l'Avep est l'Association valaisanne d'entraide psychiatrique. Sans but lucratif et reconnue d'utilité publique, implantée à Monthey et à Sion, elle est à disposition de toutes les personnes souffrant ou ayant souffert de troubles psychiques ainsi que de tous les proches de personnes souffrant de troubles psychiques.

L'Avep propose des espaces où les personnes peuvent se rencontrer, créer du lien, partager leurs connaissances de la souffrance psychique, échanger leurs idées, leurs expériences.

A travers son programme de rencontres, elle permet ainsi aux personnes de développer des projets mettant en valeur leurs compétences et de rompre avec l'isolement en offrant un soutien entre pairs. L'Avep propose des activités, des loisirs, des moments d'accueil et de partage, des groupes d'entraide, des séjours, des cours, des permanences d'information, etc.

Tout cela se fait dans un esprit de partage, d'entraide et de convivialité.

L'association œuvre également pour la défense des intérêts des personnes concernées et des proches et contribue à déstigmatiser les troubles psychiques par des actions de sensibilisation, d'information et d'échanges auprès d'un large public. Elle collabore aussi avec les acteurs médico-sociaux du canton et diverses filières de formation.

L'Avep est membre de la Coraasp, Coordination Romande des Association d'Action pour la Santé Psychique.



Mot de la présidente

Danielle Bochatay

Il faut croire qu'à l'Avep, flexibilité et adaptabilité sont parfaitement intégrées, autant du côté de nos membres que de notre équipe professionnelle. Alors que nous pensions que 2021 nous laisserait voguer plus tranquillement sur notre programme et nos activités, les mesures sanitaires cantonales et fédérales en lien avec la pandémie ont à nouveau impactés notre Association.

Mais qu'à cela ne tienne, tout le monde a su « faire avec », s'adapter, patienter, imaginer, innover, créer, persévérer pour que cette année 2021 se déroule du mieux possible avec au final un bilan rempli de jolis souvenirs et de beaux moments de partage. Et nous sommes heureux de sentir arriver des jours meilleurs et allégés. Ils sont là, enfin, je vous souhaite une bonne route en 2022 et de garder une Avep vivante, dans le partage et l'entraide.

Mot de la coordinatrice

Céline Besson Schlup

L'année 2021 aura été intense et riche à plusieurs niveaux. Les aléas liés à la pandémie nous ont, cette année encore, obligés à adapter nos prestations et activités. Entre annulation, report, limitation du nombre de personnes, certificat covid obligatoire pour certaines sorties, les contraintes et adaptations ont été nombreuses. Mais ces aléas nous ont aussi permis de mobiliser nos ressources, de nous serrer les coudes et c'est ainsi que nous avons pu maintenir le cap et poursuivre notre mission en faveur des personnes concernées par un trouble psychique et leurs proches.

Une année riche d'échanges avec nos membres et partenaires dans des activités et projets divers. Des belles et nouvelles collaborations, notamment à Sion avec un nouvel espace pour l'Avep. Un important investissement de la part de nos pair-e-s animateurs-trices que ce soit dans l'organisation de marches autogérées, d'ateliers ou de groupes d'échanges. Des partages, des découvertes et beaucoup de souvenirs grâce, notamment, aux trois séjours qui ont pu avoir lieu cette année. Et bien d'autres choses... Nous vous laissons découvrir les temps forts de 2021 au travers de ce rapport et c'est grâce à toutes et tous (membres, pairs animateurs, équipe professionnelle, comité, partenaires, etc.) que cela a été rendu possible. Un grand merci et au plaisir de continuer la route ensemble en 2022, une route qui sera parsemée de beaux projets que nous nous réjouissons de vous présenter.

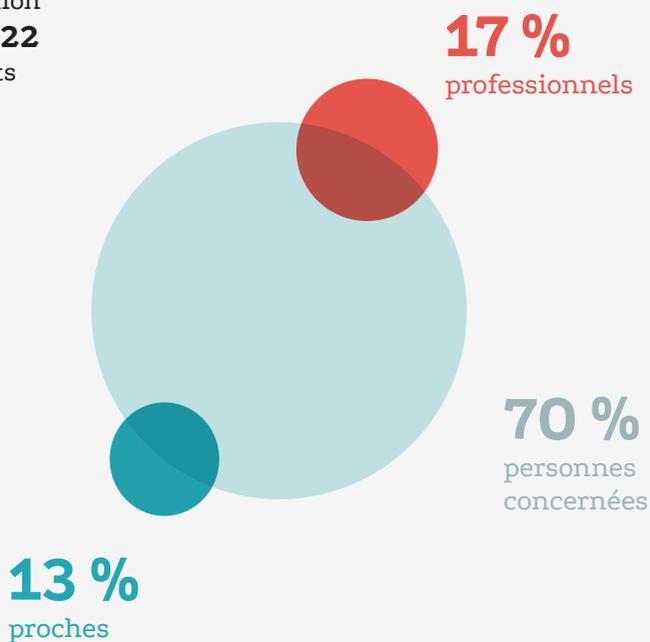
Prestations & activités

Les prestations et statistiques de l'AVEP restent impactées par les restrictions sanitaires en lien avec la pandémie.

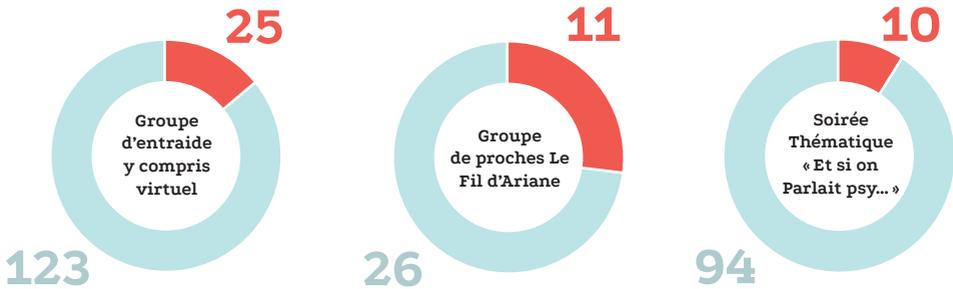
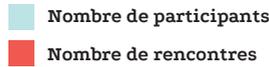
Toutefois, dans l'ensemble, les activités prévues ont pu avoir lieu et ont permis de belles découvertes.

la fréquentation générale de nos lieux d'accueil et de nos activités reste stable et connaît même une légère hausse. La rencontre des proches « Le Fil d'Ariane » a vu par contre sa fréquentation baisser. L'Avep restera attentive afin de maintenir et retrouver, si besoin, le lien avec les proches des personnes en souffrance psychique.

Fréquentation
2021 = 222
participants



Groupes de soutien et d'entraide



« Et si on parlait psy... »

Un grand merci à tous les intervenant-e-s qui sont venus échanger et partager lors de nos soirées thématiques mensuelles :

- « Terre d'Happy : médiation équine et communication animale » Rosalie Vuilleumier fondatrice de Terre d'Happy.
- « Grandir avec un parent fragile psychiquement : quelles ressources pour les enfants ? » Martine Constantin, psychologue FSP, intervenante As'trame et Anne de Montmollin, directrice de la Fondation As'trame.
- « Vivre en foyer » Jacky Tornay, responsable Lieu de vie Fondation Emera.
- « Comment fonctionne une curatelle ? » Paul Mottiez, Ville de Monthey, service officiel de la curatelle.
- « Le sommeil dans tous ses états » Dr Clémence Morelli Zaher, médecin hospitalier, Centre du sommeil du Centre Hospitalier du Valais Romand.
- « Les directives anticipées : qu'est-ce que c'est ? » Colette Cipolla, responsable service d'aides aux proches, Croix-Rouge Valais.
- « L'art et ses bienfaits sur la santé mentale » Jean-Marc Roudit, maître d'enseignement à la Haute Ecole de Travail social.
- « Mieux comprendre le rôle des pairs » Caroline Suter, paire praticienne en santé mentale, assistante de recherche à l'Institut et Haute Ecole de la santé La Source, membre de l'Association re-pairs.
- « Troubles psychiques : le rôle des proches en question » Jessé Curchod, infirmier spécialiste clinique, Pôle de Psychiatrie et Psychothérapie du Valais Romand, Hôpital du Valais.
- « Sur le chemin de la philosophie chinoise » Joseph Treyer, naturopathe avec diplôme fédéral en médecine traditionnelle chinoise MTC, auteur du livre « Lâcher prise avec l'aide de la philosophie chinoise », conférencier.

Cours

2 cours mensuels

- Initiation à la méditation et au yoga
- Atelier d'expression écrite

(Pas de cours repas-partage à cause des restrictions sanitaires)

6 cours « découvertes » :

- « Expression théâtrale », en collaboration avec l'ECCG
- « J'apprends à prendre soin de ma peau »
- « Initiation au Yak Trekking » avec l'association Terre de cœur
- « Initiation à la danse pour tous » avec Christina Melfi de l'Association 4EVERY1
- « Initiation à l'équithérapie » avec Rosalie Vuilleumier, Terre d'Happy

- « 5 Ateliers créatifs : projet artistique » avec Jean-Marc Roduit, maître d'enseignement à la Haute Ecole de Travail social et Nicolas Turicchia, artiste performer

Cours d'un jour = 41 cours avec 247 participants

3 séjours ont eu lieu (cours blocs selon l'OFAS) :

5 jours à Vercorin en juillet

2 jours de randonnée Tour du Grand Chavalard en septembre (photo de couverture)

3 jours découverte à Fribourg en novembre

3 séjours avec 21 participants



Lieux d'accueil

Nos lieux d'accueil (LAC) à Monthey et Sion, que ce soit en temps de permanences d'accueil et d'information, café-rencontre, sorties, marches, loisirs ou activités créatrices, ont accueilli...

144 participants pour 1909 présences

Ce qui représente 2096 heures professionnelles et de pairs animation auxquelles s'ajoutent 27 heures bénévoles.

Le groupe Skype autogéré par un pair a quant à lui réuni :

6 participants pour 48 présences

A relever cette année, une nette augmentation du nombre d'heures investies par les pair-e-s dans les activités de l'Avep ((co-)animation, témoignages, etc.). Nous nous réjouissons de cet élan et des projets et collaborations futurs à mettre sur pied et pérenniser avec les membres de l'Avep.

Conseil social

Que ce soit par téléphone, email ou lors de moments d'échanges individuels, l'Avep apporte aussi conseils et soutien à ses membres et à toute personne en détresse psychique.

122 personnes ont bénéficié de ces conseils et suivis (66 suivis individuels, 56 conseils brefs)

107 heures professionnelles





Médias, relations publiques et collaborations

L'Avep était présente sur le terrain, en contact direct avec la population valaisanne, à l'occasion de la Journée Mondiale de la Santé Mentale (chaque année le 10 octobre) avec un stand au marché de la Vieille Ville à Sion ainsi qu'à la place de Tübingen à Monthey. A Monthey, l'Avep a également participé au Marché de Noël ainsi qu'à l'action « Crèches dans nos quartiers ».

L'Avep est également toujours présente sur le site de Malévoz au travers de ces 2 permanences mensuelles (réduites cette année en lien avec les restrictions sanitaires à l'hôpital).

Les radios ont parlé de l'Avep : au printemps, Radio Chablais nous a consacré son « Matinalement Vôtre - Balance l'Assoc » (3 diffusions), ainsi que 2 directs le matin pour présenter nos groupes d'entraide et l'association en général. À l'automne, c'est Rhône FM qui interviewait la coordinatrice (5 diffusions dont 2 sujets complets).



1581
visites sur
avep-vs.ch

592
abonnés
facebook

L'Avep s'investit dans plusieurs groupes de travail et commissions et collabore avec de nombreux partenaires et institutions (Coraasp, HES-So Valais, ECCG, Emera, Hôpital du Valais, Pôle de psychiatrie et psychothérapie, hôpital de Malévoz, Ecole supérieure santé Valais, Accueil Hôtel-Dieu, Quartier culturel Malévoz, etc.) que ce soit pour l'organisation de projets et cours ou pour présenter l'Avep et son action.

L'objectif : déstigmatiser les troubles psychiques et faire entendre la voix des personnes concernées et des proches.



Programme
d'activités
8'039
envois



Agenda
hebdomadaire
45'900
envois



Médias-publications &
infos-relations publiques
624
Heures professionnelles

Vie interne

Des personnes ont quitté le comité bénévole de l'Avep : Argelia Aréstegui, Marianne Défago et Anne-Marie Schneeberger mais d'autres l'ont rejoint : Véronique Acanfora, Suzanne Bellon, Joëlle Burnier, Marc Freymond, Philippe Proz.

UN GRAND MERCI à elles pour leur engagement passé, présent ou futur.

L'équipe professionnelle accueille également une nouvelle animatrice socioculturelle : Christelle Monnet, nous nous réjouissons de cette nouvelle collaboration.

L'équipe professionnelle se compose de :

4 collaboratrices (1 coordinatrice, 1 secrétaire, 2 animatrices socioculturelles) pour un équivalent temps plein de 2.3 postes, auquel s'ajoute 1 stagiaire (6 mois) à 80%.

Le comité bénévole de l'Avep se compose ainsi :

la présidente, Danielle Bochatay et 6 membres : Véronique Acanfora, Suzanne Bellon, Joëlle Burnier, Marc Freymond, Sébastien Grange, Philippe Proz.

Compte d'exploitation 2021

Produits

EN CHF	COMPTE 2021	BUDGET 2021	COMPTE 2020
Dons sans affectation	7'333	2'500	4'916
Dons affectés pour projets	14'300	–	5'000
DONATIONS REÇUES	21'633	2'500	9'916
Subvention OFAS	197'285	197'285	197'285
Subvention Etat du Valais	151'600	150'000	151'600
Contribution Loterie Romande	9'000	–	–
Autres contributions	1'378	3'825	3'920
SUBVENTIONS ET CONTRIBUTIONS	359'263	351'110	352'805
Produits des animations	7'104	8'300	7'121
Produits de l'information	–	100	–
Produits des cours	4'885	5'700	2'308
PRODUITS DES PRESTATIONS	11'989	14'100	9'429
Produits financiers	0	–	1
Produits divers	71	300	140
AUTRES PRODUITS D'EXPLOITATION	71	300	141
TOTAL PRODUITS D'EXPLOITATION	392'956	368'010	372'291

Charges

Salaires et charges sociales	-273'964	-291'550	-277'471
Autres frais du personnel	-1'182	-4'500	-984
Honoraires de tiers	-19'354	-22'000	-19'550
Frais des pairs et des bénévoles	-544	-1 500	-189
CHARGES PERSONNEL, TIERS ET BÉNÉVOLES	-295'044	-319'550	-298 194
Frais d'animations	-4'295	-11'200	-7'033
Frais d'informations	-6'047	-5'300	-3'345
Frais des cours	-5'204	-6'000	-1'616
CHARGES DIRECTS DES PRESTATIONS	-15'546	-22'500	-11'994
Entretien et frais d'infrastructure	-5'731	-7'400	-4'470
Loyers et charges	-33'790	-34'250	-30'799
CHARGES DE STRUCTURE	-39'521	-41'650	-35'268
Frais administratifs	-2'974	-6'850	-3'935
Amortissements	-1'145	-1'645	-1'145
Charges financières	-153	-200	-239
Autres charges d'exploitation	-2'767	-2'990	-2'577
CHARGES DE FONCTIONNEMENT	-7'039	-11'685	-7'896
TOTAL CHARGES D'EXPLOITATION	-357 150	-395'385	-353'352
RÉSULTAT D'EXPLOITATION	35'806	-27'375	18'939
Produits hors exploitation	—	—	—
RÉSULTAT HORS EXPLOITATION	—	—	—
RÉSULTAT AVANT VARIATION DES FONDS	35'806	-27'375	18'939
VARIATIONS DES FONDS			
RÉSULTAT AVANT VARIATION DES FONDS	35'806	-27'375	18'939
Utilisation des fonds	6'040	—	—
Attribution aux fonds	-23'300	—	-15'000
RÉSULTAT DE L'EXERCICE	18'546	-27'375	3'939

Remerciements

Sans l'engagement, le travail et la collaboration des membres, des bénévoles, du comité, des pair-e-s, de l'équipe professionnelle, des stagiaires, etc. l'Avep ne pourrait simplement pas poursuivre son action et proposer un tel panel d'activités et prestations.

La collaboration, le soutien et les contributions de nombreux partenaires permettent aussi à l'Avep de pérenniser et développer ses projets.

Un grand MERCI à chacune et chacun de permettre à notre association d'œuvrer au bien-être des personnes en souffrance psychique et de leurs proches : la Coraasp et ses associations membres, l'OFAS, AIGC, l'Etat du Valais, les donateurs privés, les

fondations et communes donatrices, la Loterie romande, l'Hôpital du Valais, le Pôle de psychiatrie et psychothérapie, l'hôpital de Malévoz, les CCPP, la commune de Monthey, Monthey-tourisme, la Maison du Monde, le Quartier culturel (hôpital de Malévoz), le Ski-Club Morgins, les paroisses catholiques et protestantes-groupe réfugiés-rencontre, la HES-So, l'ECCG, Emera, As'trame, Synapsespoir, Réseau Entraide Valais, l'Association proches aidants Valais, Forum handicap Valais, Accueil Hôtel-Dieu, La Main Tendue, Sion solidaire, tous les lieux de loisirs et musées qui nous ont offert des entrées, Radio Chablais, Rhône FM et Le Nouvelliste, tous les intervenants lors de nos soirées thématiques ou cours, toutes les associations et fondations partenaires, et tous ceux que nous oublions.



Le soutien de chacun est **INDISPENSABLE.**
UN GRAND MERCI POUR VOTRE DON !

IBAN CH73 0076 5000 A088 1026 6



Avec le soutien de

