

Avep

Association valaisanne
d'entraide psychiatrique

Rapport d'activité

2023



Association valaisanne
d'entraide psychiatrique



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 de partage, des séjours, des cours, des café-rencontres et permanences d'accueil, 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 du président

Philippe Proz

Cette année a été une année de défis, mais aussi une année de réalisations significatives pour notre association. Ensemble, nous avons continué à œuvrer sans relâche pour apporter un soutien essentiel à ceux qui en ont le plus besoin au sein de notre communauté. Que ce soit par le biais de nos ateliers ou de nos activités de sensibilisation, nous avons été présents pour offrir un réconfort et un espoir aux personnes touchées dans leurs fragilités. Nos actions, guidées par la compassion et l'empathie, ont permis de briser les stigmates et de promouvoir une culture de compréhension et de solidarité envers les personnes en difficultés. Nous avons été témoins de nombreuses réussites, de petites victoires personnelles à des avancées plus larges dans la sensibilisation du public et la défense des droits des personnes concernées. Je voudrais exprimer ma profonde reconnaissance envers tous nos membres, bénévoles, partenaires et collaborateurs, qui ont contribué de manière inestimable à la mission de notre association. Votre dévouement désintéressé et votre engagement sans faille sont la pierre angulaire de notre travail, et je vous en remercie. En cette nouvelle période qui s'ouvre devant nous, je suis convaincu que notre association continuera à jouer un rôle crucial dans le soutien et l'accompagnement des personnes touchées par la maladie. Ensemble, nous sommes plus forts, et ensemble, nous pouvons faire une réelle différence dans la vie de ceux qui ont besoin de notre aide et de notre soutien. Alors, continuons à avancer avec courage, compassion et détermination. Continuons à tendre la main à ceux qui en ont besoin, et à défendre avec conviction les droits et la dignité des personnes souffrant de troubles psychiques. Je vous remercie du fond du cœur pour votre engagement indéfectible et votre précieuse collaboration. Ensemble, nous sommes une force pour le changement, et ensemble, nous pouvons construire un avenir meilleur pour tous.

Mot de la coordinatrice

Céline Besson Schlup

Beaucoup de choses se passent en une année dans la vie d'une association telle que l'Avep. 2023 ne déroge pas à cette règle. Nous retiendrons la nette augmentation de la fréquentation de nos activités (+17.5%) et la poursuite du développement de la pair animation. Deux tendances qui nous confortent dans le rôle essentiel qu'a l'Avep auprès des personnes concernées par des difficultés psychiques. Que ce soit en offrant un espace de partages et de soutien, mais aussi en permettant, à ceux qui le souhaitent, de s'investir pour l'association. Nos valeurs prennent là tous leurs sens : solidarité et entraide. Toutefois, bien que la hausse de la fréquentation de nos activités nous réjouisse, elle nous questionne également sur l'augmentation des besoins au niveau de la santé mentale de la population valaisanne. Face à ce constat, il est essentiel que l'Avep poursuive son action en offrant des espaces de soutien et d'entraide, des moments de rencontres et de loisirs, mais aussi en informant et sensibilisant un large public. Et la suite ? Passablement de défis : développer la recherche de fonds afin de pouvoir continuer d'accueillir les membres dans des bonnes conditions, poursuivre et pérenniser la collaboration avec nos pair-e-s animateurs-trices, répondre aux besoins des proches, et préparer dignement les 20 ans de l'Avep en 2025...

Prestations & activités

Grâce aux propositions et au travail de nos membres et de l'équipe professionnelle, nous avons pu proposer tout au long de l'année, des activités très variées, classiques mais aussi originales.

Des moments de rencontre et partage qui ont connu une forte hausse de la fréquentation +17.5%.

Lieux d'accueil

Chaque nouvelle année voit croître le nombre de personnes fréquentant nos lieux d'accueil que ce soit à Monthey ou à Sion. 2023 n'a pas dérogé à la règle, et nos permanences d'accueil, cafés-rencontre, marches, sorties, loisirs, activités créatrices, etc. ont réuni

279* participants pour 2466 présences.
Soit près de 15% de participants en plus.

En termes d'heures, cela représente 1281 heures professionnelles, 306.3 heures effectuées par des pairs animateurs (90.5 heures en autogestion, 215.8 heures en coanimation) et 19 heures bénévoles. A cela s'ajoutent encore des heures de préparation.

(*si une personne fréquente les 2 sites (Monthey et Sion) elle est comptabilisée 2 fois)

Fréquentation
2023 = 268
participants

4 % (11)
professionnels

72 % (194)
personnes
concernées

12 % (31)
proches

12 % (32)
autres

Pair animation

Le développement de la pair animation s'est poursuivi en 2023.

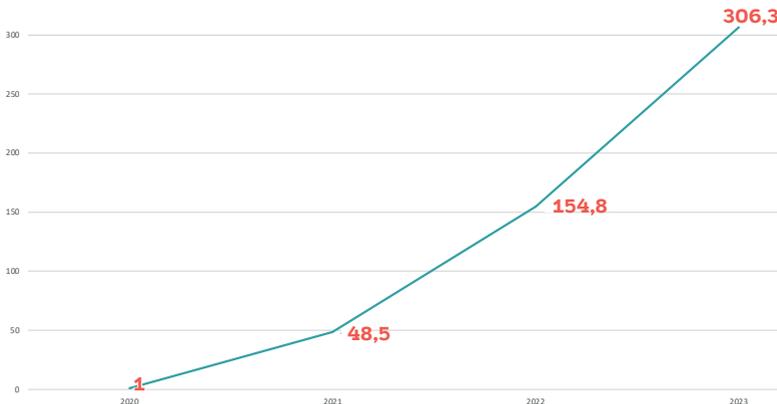
Il s'agit de membres de l'association qui exercent une activité d'animation ou de coanimation avec le soutien des professionnelles : animation d'ateliers, permanences, accueil, témoignages, marche autogérée, etc.



19 sorties et activités autogérées = 90.5 heures pairs déléguées (+86.6%)

92 activités en coanimation et temps de pair-aidance = 215.8 heures pairs bénévoles (+103%)

Évolution des heures des pairs (déléguées et bénévoles) depuis 2020 :



Conseil social

Le conseil social (y.c. le conseil bref) représente le temps consacré par les professionnelles de l'Avep aux entretiens individuels, par téléphone, lettres, emails, SMS, médias ou réseaux sociaux. Il englobe autant les conseils délivrés aux membres de l'Avep qu'aux personnes qui prennent contact avec l'Avep pour échanger sur leur situation de vie personnelle.

Conseils brefs : 63 conseils pour 18.8 heures professionnelles

Conseils individuels : 321 conseils individuels pour 51 personnes pour 159.3 heures professionnelles

Groupes de soutien et d'entraide

Faute de demandes et de fréquentation, l'Avep n'a pas pu proposer de groupe d'entraide pour les proches en 2023. Malgré cela, notre association reste présente pour tous les proches de personnes en difficultés psychiques et continuera de leur apporter soutien et écoute.

Nos soirées mensuelles thématiques « Et si on parlait psy... » rencontrent toujours un joli succès. **Les 12 rencontres ont réuni 129 participants** et ont désormais lieu en alternance entre Monthey et Sion.

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

- « La dépendance affective », Pascalle Nicod
- « Le couple et ses multiples facettes », Jocelyne Duc Schweri
- « Mieux comprendre les schizophrénies », Martina Alves et Belkacem Bensalah
- « Découvrir les ateliers 16art », Lionel Delalay et Enrico Margnetti
- « Addictions : oser en parler », Héloïse Conti et Justina Dias
- « Alimentation : être bien dans son assiette pour être bien dans ses baskets », Danaé Ronchi
- « La médiation : qu'est-ce que c'est ? », Laure Clivaz Strehmel
- « Dépression : mieux la comprendre pour s'en sortir », avec Martina Alves et Georges Klein
- « Quand le deuil frappe au cœur de la famille », Sandra Burkhalter
- « Les troubles alimentaires vous interpellent ? », Romana Chiappini
- « L'Ombudsman de la santé et des institutions sociales : qu'est-ce que c'est ? », Ludivine Détienne
- « Dramathérapie : là où la créativité remplace les mots et panse les maux », Tania Coulon

Cours et séjours

**3 séjours avec
22 participants**

Yoga-détente

Week-end randonnée Susanfe-Salanfe

Nuit en cabane à Savalène

**46 cours d'un jour pour
349 participants :**

- Atelier d'écriture
- Initiation à la méditation et au yoga
- Repas-partage
- Initiation au self-défense
- Ateliers créatifs en collaboration avec la HES-So Valais (projet artistique danse-théâtre et Plateforme 10)



Médias, relations publiques et collaborations

L'Avep poursuit sa volonté de se rendre visible sur le terrain valaisan (et au-delà) par sa participation à divers événements et ses collaborations multiples : Marché de Noël à Sion, action crèches dans nos quartiers à Monthey, émission radio La Ligne de Cœur avec Jean-Marc Richard sur RTS La Première, émission QuiVoisJe sur Radio Chablais, Mad Pride à Lausanne (photo), etc.

C'est aussi en allant se présenter aux partenaires, grâce aux témoignages de ses membres, en participant à des groupes de travail, que l'Avep peut poursuivre son engagement pour déstigmatiser les troubles psychiques et faire entendre la voix des personnes concernées et des proches.

Une meilleure visibilité sur la toile grâce à notre nouvelle identité visuelle

9937
visites sur
avep-vs.ch

797
abonnés
facebook





6 Programmes
d'activités pour
4'872
envois



53 Agendas
hebdo pour
47'000
envois



Médias-publications
610
heures professionnelles
10
heures bénévoles



Infos relations publiques
119
heures professionnelles
27
heures bénévoles

Vie interne

L'équipe professionnelle se compose de :

4 collaboratrices : Céline Besson Schlup (coordinatrice 60%), Kristina Vazquez (secrétaire 40%), Sandra Blanchard et Christelle Monnet (animatrices socioculturelles à 60% et 75%). Ce qui représente un équivalent temps plein de 2.35 postes. Cynthia, professionnelle en formation (HES), a terminé son stage en 2023 et effectué plusieurs remplacements. Floriane a aussi effectué plusieurs remplacements.

Au 31.12.2023, le comité bénévole de l'Avep se compose ainsi :

le président, Prox Philippe et 4 membres : Bochatay Danielle, Burnier Joëlle, Freymond Marc, Grange Sébastien.

Un grand merci à toutes ces personnes ainsi qu'à nos pair-e-s animateurs-trices et nos bénévoles qui ont fait vivre l'Avep en 2023 : Anne-Marie, Christelle, Elvio, Graziella, Heidi, Isabelle, Louane, Marc, Marco, Patrick, Philippe, Quentin, Sébastien, Sylvie, Aurore, Jonathan, Chrystelle.

Compte d'exploitation 2023

Produits

EN CHF	COMPTE 2023	BUDGET 2023	COMPTE 2022
Dons sans affectation	10'731	5'500	6'321
Dons affectés pour projets	–	–	–
DONATIONS REÇUES	10'731	5'500	6'321
Subvention OFAS	195'241	195'240	195'241
Subvention Etat du Valais	161'600	150'000	151'600
Contribution Loterie Romande	–	–	–
Autres contributions	3'825	1'913	3'825
SUBVENTIONS ET CONTRIBUTIONS	360'666	347'153	350'666
Produits des animations	10'178	8'500	8'674
Produits de l'information	609	300	540
Produits des cours	4'313	4'200	2'202
PRODUITS DES PRESTATIONS	15'101	13'000	11'416
Produits financier	12	–	–
Produits divers	179	300	1'096
AUTRES PRODUITS D'EXPLOITATION	191	300	1'096
TOTAL PRODUITS D'EXPLOITATION	386'688	365'953	369'499

Charges

Salaires et charges sociales	-277'721	-284'200	-291'912
Autres frais du personnel	-1'365	-2'900	-1'277
Honoraires de tiers	-20'031	-20'800	-20'028
Frais des pairs et des bénévoles	-2'108	-2'000	-984
CHARGES PERSONNEL, TIERS ET BÉNÉVOLES	-301'225	-309'900	-314'201
Frais d'animations	-11'670	-12'500	-12'540
Frais d'informations	-9'744	-5'300	-29'376
Frais des cours	-5'762	-6'000	-2'939
CHARGES DIRECTS DES PRESTATIONS	-27'176	-23'800	-44'855
Entretien et frais d'infrastructure	-3'730	-5'100	-3'014
Loyers et charges	-34'817	-37'850	-35'150
CHARGES DE STRUCTURE	-38'547	-42'950	-38'164
Frais administratifs	-3'712	-5'000	-4'003
Amortissements	-1'021	-1'025	-1'145
Charges financières	-99	-250	-120
Autres charges d'exploitation	-2'900	-3'100	-2'618
CHARGES DE FONCTIONNEMENT	-7'732	-9'375	-7'886
TOTAL CHARGES D'EXPLOITATION	-374'680	-386'025	-405'106
RÉSULTAT D'EXPLOITATION	12'008	-20'072	-35'607
Charges exceptionnelles	–	–	-3'908
RÉSULTAT EXCEPTIONNEL	–	–	-3'908
RÉSULTAT AVANT VARIATION DES FONDS	12'008	-20'072	-39'515
VARIATIONS DES FONDS AFFECTÉS			
Utilisation des fonds	–	–	22'260
VARIATIONS DES FONDS LIBRES	–	–	–
Utilisation des réserves	2'945	–	3'624
RÉSULTAT DE L'EXERCICE	14'953	-20'072	-13'631

Remerciements

Un très grand MERCI à tous les partenaires et amis de l'Avep, c'est grâce à vous que notre Association poursuit son action afin de proposer aux personnes rencontrant des difficultés psychiques et à leurs proches un espace d'accueil et d'écoute et des activités d'entraide et de loisirs : les membres de soutien, cotisants et sympathisants, AIGC et en particulier Maryline Schertenleib pour sa précieuse collaboration, la Coraasp et ses associations membres, L'Ofas, le Canton du Valais et tous nos donateurs, Les communes de Sion et Monthey, ainsi que Monthey Tourisme, Forum Handicap Valais et tous nos partenaires du domaine socio-sanitaire, les Associations et Fondations amies et partenaires, le Verso l'Alto et la Maison de la diaconie et de la solidarité à Sion, les Marmettes, Malévoz et la Fondation Domus pour leurs bus, l'imprimerie des Colombes, Boomerang

Marketing SA, l'Hôpital du Valais, le PPP et l'Hôpital de Malévoz, les salles de yoga Move Studio à Sion et Métamorphose à Monthey, Radio Chablais et Le Nouvelliste qui relaient nos infos, toutes les entreprises ou sociétés qui nous ont offert des billets, réductions ou fleurs (notamment la Salaison d'Anniviers, l'Ecole du vitrail de Monthey, la boutique Claire's, etc.).

Et tous ceux que nous oublions sans qui l'Avep ne pourrait pas fonctionner !



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

IBAN CH73 0076 5000 A088 1026 6

