



Soutien et entraide

- Espace de partage, de soutien et d'entraide
- Groupe de proches
- Soirées à thème «Et si on parlait psy...»
- Accueil individuel
- Permanences (accueil-info-téléphonique)

Rencontres et loisirs

- Café-rencontre
- Cours et ateliers
- Marches et balades
- Sorties loisirs
- Séjours
- Repas
- Activités autogérées

Information et sensibilisation

- Stands et manifestations
- Journée Mondiale de la Santé Mentale
- Présentations et témoignages
- Défense des intérêts

- › Agir pour une meilleure compréhension des personnes concernées par la maladie psychique
- › Promouvoir la santé mentale – Nous sommes tous concernés
- › Donner la parole aux personnes qui ont l'expérience de la souffrance psychique et aux proches

Monthey

Av. du Simplon 24b

Sion

Rue de Lausanne 69

N'hésitez pas à nous contacter

Animation

024 471 40 18 / animation@avep-vs.ch

Administration

024 471 40 23 / info@avep-vs.ch

Faire un don

IBAN CH73 0076 5000 A088 1026 6

www.avep-vs.ch



Découvrez l'agenda des activités et les formulaires d'inscription.

Avec le soutien de :



FONDATION
LÉONARD GIANADDA
MÉCÉNAT



Face à des difficultés psychiques, le partage est une ressource.



Association valaisanne
d'entraide psychiatrique

L'Avep

Association valaisanne
d'entraide psychiatrique

Nous

L'Avep est une association dans laquelle les personnes se rencontrent pour créer du lien. Elles partagent leurs connaissances de la souffrance psychique, échangent leurs idées, leurs expériences.



Pour qui ?

Vous ou un proche rencontrez des difficultés psychiques ? Vous n'êtes pas seul-e. L'Avep reçoit dans ses lieux d'accueil ou renseigne par téléphone toute personne concernée par un trouble psychique ou inquiète pour un proche.



Où ?

Des rencontres, loisirs ou permanences sont proposés à Monthey et à Sion en semaine et quelques samedis par mois.



Vous êtes concerné-e par un trouble psychique ?

L'Avep est un lieu d'accueil et de rencontres mais aussi un espace qui permet de :

- Se soutenir et s'entraider entre pairs
- Être écouté et entendu
- Partager l'expérience vécue avec d'autres personnes concernées
- Mobiliser ses ressources
- Rompre avec l'isolement, la solitude
- Développer des projets
- Mettre en valeur et développer ses compétences
- S'impliquer dans l'association
- Mieux accepter et comprendre la maladie

*« Le vécu est aussi
un savoir »*

Vous êtes proche d'une personne en souffrance psychique ?

L'Avep propose également un espace pour les proches :

- Groupe de rencontre
 - Soirées à thème
 - Permanences
- Pour :**
- Parler librement de la maladie
 - Mieux comprendre son proche en souffrance
 - Rencontrer d'autres proches dans un esprit d'entraide
 - Rompre la solitude par le partage d'expériences
 - Donner la parole aux proches de personnes en souffrance psychique.

*« Parce que la maladie psychique
touche aussi l'entourage »*

Bienveillance Solidarité Entraide Confidentialité Non-jugement



À l'Avep...

« On peut faire tomber le masque sans jugement, on est des personnes et non des malades »

« Je viens voir du monde, c'est mieux que d'être seul »

« Je peux parler librement de la maladie de mon proche »

