

Journée des PROCHES AIDANTS

Prendre soin de ceux qui
aident



*Partager et échanger
des idées adaptées à votre quotidien.*



13 octobre 2026



14h - 17h30



Clinique des Pyrénées
Colomiers

En partenariat avec :



*Une après-midi pour partager des expériences
et trouver ensemble des pistes concrètes.*



**Médiation artistique
et espace de parole**
14h — 15h30



Un temps pour exprimer, créer et échanger
entre aidants.

Sur inscription ou appeler le 05.61.15.33.80, dans la
limite de 10 proches aidants.

Animé par Mme Aurélie Sanchez, psychologue, et M.
Yann Gaurin, intervenant en théâtre institutionnel.



**Jardin de soin
« R'épi d'or »**
14h30 — 15h

Découvrir les bienfaits
d'un jardin de soin avec le Dr Claire Hourse,
intervenante en hortithérapie



Prévention et mobilisation
14h30 — 15h00

Les principes du port de charges et leur application
à la mobilisation des personnes, lors d'un atelier
animé par l'association Kiné Haute-Garonne Prévention.



**Aides techniques et
logement**
15h — 15h30

Identifier des solutions et réfléchir
à l'aménagement du logement avec
l'ergothérapeute de l'UNA



**Nutrition : plaisir et
équilibre au quotidien**
14h — 15h30

Stand animé par le diététicien de la clinique.



**Accompagner son proche :
des clés pour le quotidien**
15h — 15h30

Jeu animé par un travailleur social de la clinique



Sophrologie

deux créneaux proposés par la Maison de la Sophrologie

14h45 — 15h15 et 15h15 — 15h45

Un temps pour soi dans la gestion du
stress et des émotions

Pause gourmande
15h45 — 16h



THÉÂTRE FORUM
16h — 17h30

Une mise en situation collective pour échanger autour du quotidien
des aidants, avec M. Yann Gaurin, intervenant en théâtre institutionnel,
les acteurs du territoire concernés par le sujet et les professionnels
de la Clinique.