

6 personnes maximum  
**INSCRIPTION**  
Aux 6 modules obligatoirement

## CENTRE RESSOURCE DES AIDANTS

La Parenthèse des aidants

## MODULES DE SENSIBILISATION

### *Savoir se reconnaître en tant qu'aidant*

Mercredi 2 Septembre 2026 14h à 17h à la Parenthèse des aidants à Cézac

### *Apprentissage des gestes et postures/technique de mobilisation*

Mercredi 16 Septembre 2026 14h à 17h à la salle Marjolleau à Saint-Savin

### *Apprentissage des 1ers secours*

Mercredi 30 Septembre 2026 14h à 17h à la salle Marjolleau à Saint-Savin

### *Savoir adapter son comportement en fonction des symptômes*

Mercredi 14 Octobre 2026 14h à 17h à la Parenthèse des aidants à Cézac

### *Faciliter l'accès aux droits de son proche*

Mercredi 28 Octobre 2026 14h à 17h à la Parenthèse des aidants à Cézac

### *Prendre soin de soi en tant qu'aidant*

Mercredi 18 Novembre 14h à 17h à la Parenthèse des aidants à Cézac

PLATEFORME DE REPIT—LA PARENTHÈSE DES AIDANTS

245 route de Métairie des Pages

33620 CEZAC

Téléphone 07 56 36 85 69 / [equipe.aidants@amsad33.fr](mailto:equipe.aidants@amsad33.fr)

Avec le soutien de la Commission des Financeurs