



LA SANTÉ DES AIDANTS, PARLONS-EN...



VOUS ACCOMPAGNEZ RÉGULIÈREMENT UN PROCHE TOUCHÉ PAR LA MALADIE, LE HANDICAP OU DÉPENDANT DU FAIT DE L'ÂGE :

ET VOUS, COMMENT VOUS SENTEZ-VOUS ?

TESTER ICI L'IMPACT DE CETTE RELATION D'AIDE SUR VOTRE SANTÉ...

1 - Le fait de vous occuper de votre proche entraîne :

- Des difficultés dans votre vie familiale
- Des difficultés dans vos relations avec vos amis, vos loisirs, ou dans votre travail
- Un impact sur votre état de santé (physique et/ou psychique)

2 - Vous avez le sentiment que vous ne reconnaissez plus votre proche

3 - Vous avez peur pour l'avenir de votre proche

4 - Vous souhaiteriez être davantage aidé (e) pour vous occuper de votre proche

5 - Vous ressentez une charge en vous occupant de votre proche

	Jamais	Parfois	Souvent
0	0	0,5	1
0	0	0,5	1
0	0	0,5	1
0	0	0,5	1
0	0	0,5	1
0	0	0,5	1
0	0	0,5	1
TOTAL			



VOTRE RÉSULTAT...

ADDITIONNER LES POINTS OBTENUS

Votre résultat :



Si votre score final est supérieur à 4, nous vous invitons à demander du soutien ou d'aller en parler



Pour connaître les actions/lieux ressources proches de chez vous,
Un contact unique : Plateforme de Répît du Lot-et-Garonne
05 53 68 43 13

