

Vous vous sentez agressif, surmené, vous avez une charge mentale importante!

VOUS N'ÊTES PAS MALTRAITANT !

VOUS ÊTES AIDANT ET VOUS AVEZ LE DROIT D'ÊTRE SOUTENU !

Entourez la réponse appropriée

1	Vivez-vous avec la personne aidée?	OUI	NON
2	Ressentez-vous parfois l'envie d'une pause?	OUI	NON
3	Avez-vous besoin d'aide professionnelle à domicile?	OUI	NON
4	Avez-vous arrêté ou réduit vos activités?	OUI	NON
5	Avez-vous le sentiment de manquer parfois du soutien de votre entourage?	OUI	NON

Score :

Si vous avez répondu **OUI** à 3 questions, vous devriez en parler à votre médecin ou un professionnel de santé.



ou contactez une plateforme de répit pour les aidants

LE MAILLON au 07 70 44 04 52