

Le puzzle de l'équilibre de vie

Pour quel aspect avez-vous besoin d'aide ?



La vie des personnes souffrant d'une longue maladie est affectée sous différents aspects et à différents moments.

Utilisez le puzzle pour identifier les aspects que vous devez prioriser dès maintenant. Examinez les pièces et sélectionnez trois aspects maximum nécessitant soutien et changement. Sélectionnez également trois aspects auxquels réfléchir collectivement.



Je suis convaincu que je peux gérer cet aspect au quotidien, et sais à qui m'adresser si j'ai besoin d'aide.



Je peux gérer cet aspect si je reçois des conseils et un soutien sur comment démarrer.



Je ne sais pas comment gérer cet aspect de ma vie quotidienne. J'ai besoin d'aide.