

«Prendre soin de son entourage » Fiche 2/7



Date : / /

Aujourd'hui, je me sens plutôt ...

Cette activité visuelle te propose de résumer sur un seul support, toutes les personnes ressources que tu as autour de toi : ami·e·s, famille, aidant·e·s, spécialiste·s, soignant·e·s, associations, etc. Elle peut t'aider à remplir la partie «Personnes à contacter» des Directives Anticipées

Pour cela, commence par écrire ton prénom au centre. Réfléchis ensuite aux personnes qui te viennent à l'esprit dans les différentes catégories et note leurs noms et prénoms.

N'hésite pas à revenir voir ce visuel lorsque tu as besoin d'aide pour savoir qui contacter !

MES PERSONNES RESSOURCES



Moi

