

Comment ça va ?

j'entoure les smileys qui me correspondent

mon corps

état de forme, douleur ...



mon moral

humeur, stress, anxiété ...



ma vie affective

entourage, famille, couple ...



mes habitudes

alimentation, sommeil, tabac ...



mes conditions de vie

ressources, logement, droits ...



ma vie sexuelle

libido, contraception, risques ...



mes activités

loisir, travail, vie quotidienne ...



mes besoins mes questions

je remplis tout ou partie de cette fiche en entourant les smileys qui me correspondent
je choisis de la garder pour moi ou de la montrer à l'intervenant qui m'accueille

parlons de ma Qualité de vie !



fiche d'auto-évaluation

destinée à faciliter le dialogue sur ma qualité de vie

