

QUIZ

EST-CE QUE.. ?

Vous avez du mal à enfiler vos chaussettes ou vos collants ?



Vous êtes plus fatigué qu'avant et marchez moins longtemps ?



Vous avez du mal à monter les escaliers ?



Vous avez du mal à porter vos courses ?



Vous avez mal à l'épaule et vous ne pouvez plus vous coiffer comme vous le souhaitez ?



Pour vous relever, vous vous appuyez sur vos genoux et vos mains ?



Des douleurs dans les mains vous empêchent d'éplucher les légumes ?



QUIZ
D'AUTO
ÉVALUATION

VOS RÉPONSES SONT VERTES ?

Le quiz d'auto-évaluation complet et toutes nos bonnes astuces sont sur :

gardetautonomie.com