

Grille mini-Zarit

Évaluation du retentissement de l'aide sur les aidants naturels d'un parent ou d'un proche.

Notation : 0 = jamais, ½ = parfois, 1 = souvent

	0	½	1
1 - Le fait de vous occuper de votre parent entraîne-t-il : • des difficultés dans votre vie familiale ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• des difficultés dans vos relations avec vos amis, vos loisirs, ou dans votre travail ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• un retentissement sur votre santé (physique et/ou psychique) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 - Avez-vous le sentiment de ne plus reconnaître votre parent ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 - Avez-vous peur pour l'avenir de votre parent ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 - Souhaitez-vous être (davantage) aidé(e) pour vous occuper de votre parent ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 - Ressentez-vous une charge en vous occupant de votre parent ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Score : + + + + + + = / 7

Interprétation :

0 à 1,5 : fardeau absent ou léger
1,5 à 3 : fardeau léger à modéré
3,5 à 5 : fardeau modéré à sévère
5,5 à 7 : fardeau sévère

HALTEMIS

Prendre soin de ceux qui prennent soin