

# Participez à une étude sur la charge mentale

Cher-ères membres,

Nous partageons avec vous le lien pour une étude que réalise une de nos membres, sur la charge mentale des femmes actives dans plusieurs domaines.

Le questionnaire en ligne est facile à répondre et vous prendra seulement quelques minutes. Votre participation est fortement utile et précieuse.

Sonia Nocera est une coach qui accompagne les femmes actives à développer la confiance en soi pour se recentrer sur leurs véritables objectifs. Elle rencontre régulièrement des femmes qui ont des difficultés à concilier tous leurs rôles (maman, professionnelle, sportive, bricoleuse, compagne, membre d'association, écologiste, etc...) et elle observe que ces femmes émettent plusieurs plaintes sur leur charge de travail global et les difficultés d'organisations. Grâce à vos réponses, elle espère comprendre à quel point les femmes actives sont touchées par cette situation, et aussi pouvoir amener du soutien et trouver des solutions.

Vos réponses resteront anonymes !

Pour participer cliquer [ici](#)